

Escuelas del condado de Mifflin

MENÚ DE ALMUERZO DE LA ACADEMIA

Septiembre de 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Queso con chile Perros Todos Frijoles horneados	1 Carné de res blanda Tacos Maíz al vapor Lechuga y tomate	2 Pollo asiático a la parrilla con sésamo arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria	3 Desayuno para el almuerzo: Waffles y Embutido Triángulos de patata Ensalada de brócoli	4 No hay escuela
Alternativa: PBJ				
7 No hay escuela	8 Pollo Fajitas Pimientos y cebollas Lechuga y tomate	9 Pasta con salsa de carne palitos de pan Judías verdes campesinas con un toque picante Rodajas de pepino	10 Tostadora italiana Sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de col	11 Dip de pollo Buffalo con totopos Apio Ensalada de maíz
Alternativa: Hamburguesa				
14 Pollo empanizado Licitaciones Papas fritas onduladas Frijoles horneados	15 Caminando Taco Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Asado a la parrilla Queso Sopa de tomate Tiras de pimienta	17 Pollo Alfredo sobre Penne con palitos de pan Brócoli al vapor Palitos de apio con aderezo ranch	18 Súper italiano Sub Judías verdes Zanahorias baby
Alternativa: Hamburguesa de pollo picante				
21 Fornido Derretir Todos Ensalada de brócoli	22 Pollo frito estilo palomitas 'Bol Maíz Puré de patatas/Salsa	23 Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostada francesa con salchichas Patatas Tri Patty Palitos de zanahoria	24 Macarrones & Queso Guisantes Ensalada de acompañamiento	25 Mojados Italianos con salsa marinara (V) Apio con mantequilla de cacahuete Verduras mixtas
Alternativa: Pavo de charcutería				
28 Pollo del General Tso con arroz Brócoli al vapor Pepinos	29 Carné de res Enchiladas Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Pasta con salsa de carne palitos de pan Guisantes Ensalada de acompañamiento		
Alternativa: Jamón de charcutería				

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carné/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo

Alumno \$3.15

Disponible todos los días

Sándwiches en Delli and Grill
Pizza
Ensaladas
o barra de ensaladas (los jueves)

Selección de frutas y verduras
Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ½ taza.

Selección de leche

Chocolate, Blanco, Fresa 76
Entero

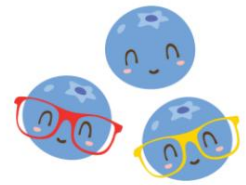
Su equipo de servicios de comedor

Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hrb41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten |





Septiembre de 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Mini arándano Panqueques	1 Pizza de desayuno	2 Salchicha, huevo y queso Cuerno	3 Chispas de chocolate Tostada francesa	4 No Escuela
7 No Escuela	8 Pizza de desayuno	9 Batido de fresas con crema Bol con galletas Graham	10 Palitos de tostada francesa con jarabe	11 Gofre holandés
14 Mini panqueques de arce	15 Pizza de desayuno	16 Huevo, salchicha y queso Sándwich	17 Chispas de chocolate Tostada francesa	18 Strudel de manzana
21 Mini rollos de canela	22 Pizza de desayuno	23 Batido de fresas con crema Bol con galletas Graham	24 Palitos de tostada francesa con sirope	25 Plátano para el desayuno Dividir
28 Mini panqueques de arándanos	29 Pizza de desayuno	30 Huevo, salchicha y queso Sándwich		

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 4 componentes de la comida para el precio del desayuno escolar: Cereal integral, Carne/Sustituto de la comida, Fruta/Verdura, Leche

El desayuno debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del desayuno

Desayuno gratuito durante el curso escolar 2026-2027.
Segundo desayuno \$1.60

Disponibles todos los días

Variedad de cereales, magdalenas y otras alternativas.

Selección de frutas

Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ½ taza.

Selección de leche

Chocolate, blanco, fresa y entero

Su equipo de servicios de comedor

Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hbr41@mcsdk12.org





LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Perrito calientePerrito caliente con queso Frijoles horneados Todos	1 Queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	2 Pegar con Salsa de carne y palitos de pan Judías verdes Pepinos	3 Desayuno para el almuerzo: Gofres y salchichas Tri-Taters Tiras de pimienta	4 No Escuela)
Ofertas diarias: Nachos irresistibles , Ensalada de la huerta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
7 No Escuela	8 Tacos suaves de carne Maíz Lechuga y tomate	9 Pollo asiático a la parrilla con sésamo sobre arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria	10 Tostadora italiana Sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de acompañamiento	11 Pepperoni y queso Pizza Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones diarias: Sándwich PBJ Craveable, ensalada del chef con panecillo				
14 Pollo empanizado Licitaciones Papas fritas onduladas Ensalada de garbanzos	15 Caminando Taco con arroz Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Pollo Alfredo sobre Penne con palitos de pan Brócoli al vapor Palitos de apio	17 Queso tostado Sándwich (V) Sopa de tomate Tiras de pimienta verde	E 18 Queso Pizza Judías verdes Zanahorias baby
Oferta del día, Delicia italiana: Wrap de pavo y queso				
21 Pollo Nuggets Papas fritas Rodajas de pepino	22 Pollo y queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	23 Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostada francesa con salchichas Tri-Taters Palitos de zanahoria	24 Macarrones con queso y panecillo (V) Guisantes César lateral	25 Fiestada Pizza Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones diarias: Deliciosos pretzels suaves Ensalada de la huerta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
28 Pollo del General Tso con arroz Brócoli al vapor Ensalada Cesar	29 Carne de res Tacos duros Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Jamón, huevo y queso en Rollo de brioche Hash Brown Rodajas de pepino		
Ofertas diarias: Palitos de pan irresistibles Ensalada del chef con panecillo				

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carne/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo
Alumno \$3.00

Disponible todos los días

Antojos y ensaladas

Selección de frutas y verduras
Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ½ taza.

Selección de leche

Chocolate, blanco y fresa, Entero

Su equipo de servicios de comedor
Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hbr41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten |





Septiembre de 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30 Queso con chile Perros Todos Frijoles horneados	1 Carné de res blanda Tacos Maíz al vapor Lechuga y tomate	2 Pollo asiático a la parrilla con sésamo arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria	3 Desayuno para el almuerzo: Waffles y Embutido Triángulos de patata Ensalada de brócoli	4 No hay escuela
7 No hay escuela	8 Pollo Fajitas Pimientos y cebollas Lechuga y tomate	9 Pasta con salsa de carne Pan de ajo Judías verdes campesinas con un toque picante Rodajas de pepino	10 Tostadora italiana Sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de col	11 Dip de pollo Buffalo con totopos Apio Ensalada de maíz
14 Pollo empanizado Licitaciones Papas fritas onduladas Frijoles horneados	15 Caminando Taco Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Asado a la parrilla Queso Sopa de tomate Tiras de pimienta	17 Pollo Alfredo sobre Penne con palitos de pan Brócoli al vapor Palitos de apio con aderezo ranch	18 Súper italiano Sub Judías verdes Zanahorias baby
21 Fornido Derretir Todos Ensalada de brócoli	22 Pollo frito estilo palomitas Bol Puré de patatas/Salsa Maíz	23 Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostada francesa con salchichas Patatas Tri Patty Palitos de zanahoria	24 Macarrones & Queso Guisantes Ensalada de acompañamiento	25 Mojados italianos con salsa marinara (V) Apio con mantequilla de cacahuete Verduras mixtas
28 Pollo del General Tso con arroz Brócoli al vapor Pepinos	29 Carné de res Enchiladas Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Pasta con salsa de carne Pan de ajo Guisantes Ensalada de acompañamiento		

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carné/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo

Alumno \$3.15

Disponible todos los días

Sándwiches en Deli and Grill
Pizza
Ensaladas
o barra de ensaladas (los jueves)

Selección de frutas y verduras
Los estudiantes pueden elegir dos porciones de 1/4 taza.

Selección de leche

Chocolate, Blanco, Fresa y Entero

Su equipo de servicios de comedor

Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hrb41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten |





LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Perrito caliente/Chili Perrito caliente con queso Frijoles horneados Todos	1 Queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	2 Pegar con Salsa de carne y palitos de pan Judías verdes Pepinos	3 Desayuno para el almuerzo: Gofres y salchichas Tri-Taters Tiras de pimienta	4 No Escuela
7 No Escuela	8 Tacos suaves de carne Frijoles negros Lechuga y tomate	9 Pollo asiático con sésamo sobre arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria	10 Tostadora italiana Sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de acompañamiento	11 Vaquero Hamburguesa Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
14 Pollo empanizado Licitaciones Papas fritas onduladas Ensalada de garbanzos	15 Caminando Taco con arroz Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Pollo Alfredo sobre Penne con palitos de pan Brócoli al vapor Palitos de apio	17 Queso tostado Sándwich (V) Sopa de tomate Tiras de pimiento verde	E 18 Pizza Crujientes Judías verdes Zanahorias baby
21 Pollo Nuggets Papas fritas Rodajas de pepino	22 Pollo y queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	23 Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostada francesa con salchichas Tri-Taters Palitos de zanahoria	24 Macarrones con queso y panecillo (V) Guisantes César lateral	25 Queso Stromboli Apio y mantequilla de cacahuete Judías verdes
28 Pollo del General Tso con arroz Brócoli al vapor Ensalada Cesar	29 Carne de res Tacos duros Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Jamón, huevo y queso en Rollo de pretzel Hash Brown Rodajas de pepino		

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carne/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo
Alumno \$3.15

Disponible todos los días

Sándwiches, wraps o alternativas
Ensalada y pizza

Selección de frutas y verduras
Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ¼ taza.

Selección de leche

Chocolate, blanco y fresa y
Entero

Su equipo de servicios de comedor
Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hrb41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten |





LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Perrito calientePerrito caliente con queso Rollo sin gluten Frijoles horneados 33 g Tots 16.59 g	1 Sándwich de queso a la plancha Sobre pan sin gluten Maíz 18,3 g Lechuga y tomate 1,53 g	2 Pasta sin gluten con Salsa de carne Judías verdes 7g Pepinos 1,88 g	3 Desayuno para el almuerzo: Salchicha, huevo y queso En racha GF Tri-Taters 11 g por triángulo Tiras de pimienta 3,97 g	4 No Escuela a
Ofertas diarias: Nachos irresistibles , Ensalada de la huerta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
7 No Escuela	8 Caminando Taco Maíz 18,3 g Lechuga y tomate 1,53 g	9 Pollo a la parrilla sazonado sobre arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria 7g	10 Tostadora italiana Panecillo sin gluten para sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de acompañamiento	11 Pizza sin gluten Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones diarias: Sándwich PBJ Craveable, ensalada del chef con panecillo				
14 Pollo empanizado Licitaciones GF Papas fritas onduladas Ensalada de garbanzos	15 Caminando Taco con arroz Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Pollo Alfredo sobre pasta sin gluten Brócoli al vapor Palitos de apio	17 Queso tostado Sándwich (V) Pan sin gluten Sopa de tomate Tiras de pimiento verde	E 18 Pizza sin gluten Judías verdes Zanahorias baby
Oferta diaria: Wrap italiano de pavo y queso (¡para chuparse los dedos!)				
21 Pollo a la parrilla Sándwich Papas fritas Rodajas de pepino	22 Pollo Taco andante Maíz Lechuga y tomate	23 Desayuno para el almuerzo: Salchicha, huevo y queso En racha GF Tri-Taters Palitos de zanahoria	24 Macarrones con queso Pasta sin gluten) Guisantes César lateral	25 Pizza sin gluten Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones diarias: Deliciosos pretzels suaves Ensalada de la huerta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
28 Pollo a la parrilla sazonado con arroz Brócoli al vapor Ensalada Cesar	29 Carne dura Tacos Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Jamón, huevo y queso en GF Roil Hash Brown Rodajas de pepino		
Ofertas diarias: Palitos de pan irresistibles Ensalada del chef con panecillo				

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carnel/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo

Estudiante \$X.XX
Adulto \$X.XX

Disponible todos los días

Antojos y ensaladas

Selección de frutas y verduras

Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ½ taza.

Selección de leche

Chocolate, blanco y fresa

Su equipo de servicios de comedor

Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hbr41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten | (H) Halal



Septiembre de 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31 Perrito calientePerrito caliente con queso Frijoles horneados Todos	1 Queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	2 Pegar con Salsa de carne y palitos de pan Judías verdes Pepinos	3 Desayuno para el almuerzo: Gofres y salchichas Tri-Taters Tiras de pimienta	4 No Escuela
Ofertas diarias: Sándwich de jamón y queso , Ensalada de la huerta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
7 No hay escuela	8 Tacos suaves de carne Maíz Lechuga y tomate	9 Pollo asiático a la parrilla con sésamo sobre arroz Brócoli al vapor Palitos de zanahoria	10 Tostadora italiana Sándwich Papas fritas rizadas Ensalada de acompañamiento	11 Pepperoni y queso Pizza Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones diarias: Sándwich de mantequilla de maní y mermelada, ensalada del chef con panecillo.				
14 Pollo empanizado Licitaciones Papas fritas onduladas Ensalada de garbanzos	15 Caminando Taco con arroz Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	16 Pollo Alfredo sobre Penne con palitos de pan Brócoli al vapor Palitos de apio	17 Queso tostado Sándwich (V) Sopa de tomate Tiras de pimienta verde	E 18 Queso Pizza Judías verdes Zanahorias baby
Oferta del día: Wrap de pavo y queso.				
21 Pollo Nuggets Papas fritas Rodajas de pepino	22 Pollo y queso Quesadilla Maíz Lechuga y tomate	23 Desayuno para el almuerzo: Palitos de tostada francesa con salchichas Tri-Taters Palitos de zanahoria	24 Macarrones con queso y panecillo (V) Guisantes César lateral	25 Fiestada Pizza Dip de apio y aderezo ranch Frijoles horneados
Opciones del día: Hamburguesa Ensalada mixta con galletas Goldfish y panecillo (V)				
28 Pollo del General Tso con arroz Brócoli al vapor Ensalada Cesar	29 Carne de res Tacos duros Frijoles negros sazonados Lechuga y tomate	30 Jamón, huevo y queso en Rollo Hash Brown Rodajas de pepino		
Opciones del día: Hamburguesa de pollo Ensalada del chef con panecillo				

¡CONVIÉRTELO EN UNA COMIDA!

Elija al menos 3 de los 5 componentes de la comida para el precio del almuerzo escolar:
Carne/Alternativa a la carne, Grano integral, Fruta, Verdura, Leche

El almuerzo debe ir acompañado de una porción mínima de media taza de fruta o verdura.

Precios del almuerzo
Alumno \$3.15

Disponible todos los días

Sándwich alternativo, wrap o Ensalada

Selección de frutas y verduras
Los estudiantes pueden elegir dos porciones de ½ taza.

Selección de leche

Chocolate, blanco y fresa y Entero

Su equipo de servicios de comedor
Bob DuFour (Director de Servicio de Alimentos)
717-248-0148 Ext. 2514
rd02@2mcsdk12.org

Hope Baker (Técnica Fiscal)
717-248-0148 Ext. 2516
hbr41@mcsdk12.org

(V) Vegetariano | (VG) Vegano
(GF) Sin gluten

