

USE EXACT NUMBERS AS SHOWN

Master Menus List Children's Hunger Alliance

9/19/2011

Tip de Comida: el Almuerzo/la Cena

<u># /Nombre</u>	<u>Alimento de Carne</u>	<u>Alimento de Pan</u>	<u>Primer Ver/Fruta</u>	<u>Segunda Ver/Fruta</u>	<u>Alimento de Leche</u>	
110	MM #110	Pollo (20)	Bolillos (28)	Otra Papa (226)	Frijoles Verdes / Amarillos (184)	Leche Fluida (07)
111	MM #111	Bistec/Filete de Res (14)	Arroz Blanco (134)	Chicharos Verdes (218)	Elote/Maiz (161)	Leche Fluida (07)
112	Lasagna Meal	Carne Molida de Res (02)	Fideos de Pasta, Varios (107)	Fruta Mixta (22)	Ensalada Mixta (214)	Leche Fluida (07)
113	MM #113	Jamon (41)	Pan de Trigo / Integral (35)	Repollo (206)	Otra Papa (226)	Leche Fluida (07)
114	Taco Meal	Carne Molida de Res (02)	Tortilla Tostada para Taco (142)	Brócoli (155)	Duraznos (26)	Leche Fluida (07)
115	MM #115	Pavo (55)	Pan de Trigo / Integral (35)	Puré de Manzana (02)	Zanahorias (157)	Leche Fluida (07)
116	MM #116	Pavo (55)	Relleno / Aderezo (34)	Camotes / Batatas (230)	Verde, Nabo (215)	Leche Fluida (07)
117	MM #117	Huevos (110)	Pan de Trigo / Integral (35)	Papas Fritas / Hash Browns (224)	Jugo de Naranja (58)	Leche Fluida (07)
118	Chili Meal	Carne Molida de Res (02)	Otras Galletas (64)	Naranjas (24)	Otros Frijoles (200)	Leche Fluida (07)
120	MM #120	Carne de Res Rostizada (12)	Pan de Trigo / Integral (35)	Otra Papa (226)	Frijoles Verdes / Amarillos (184)	Leche Fluida (07)
121	MM #121	Chuletas de Puerco (43)	Bolillos (28)	Pure Papas (225)	Peras (27)	Leche Fluida (07)
122	MM #122	Bistec/Filete de Res (14)	Arroz Blanco (134)	Chicharos Verdes (218)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
123	MM #123	Carne Fria/Procesada de Res (04)	Pan de Trigo / Integral (35)	Jugo de Tomate / Verdura (63)	Apio (160)	Leche Fluida (07)
124	MM #124	Otro Queso (104)	Pan de Trigo / Integral (35)	Sopa de Tomate (261)	Manzanas (01)	Leche Fluida (07)
125	MM #125	Chuletas de Puerco (43)	Pan de Trigo / Integral (35)	Repollo (206)	Duraznos (26)	Leche Fluida (07)
126	MM #126	Salchicha en Pan de Maiz (Corn Dog) (11)	Envoltura de Corn Dog (07)	Fruta Mixta (22)	Otros Frijoles (200)	Leche Fluida (07)
127	MM #127	Filetes de Pescado (31)	Hush Puppies (21)	Papas Fritas (223)	Repollo (206)	Leche Fluida (07)
128	MM #128	Higado de Res (03)	Pan Blanco (36)	Peras (27)	Espinaca (177)	Leche Fluida (07)
130	Tuna Casserole	Atun / Tuna (36)	Fideos de Pasta, Varios (107)	Elote/Maiz (161)	Peras (27)	Leche Fluida (07)
131	MM #131	Queso Cheddar (82)	Coditos / Macarrones (102)	Puré de Manzana (02)	Brócoli (155)	Leche Fluida (07)
132	MM #132	Salchicha de Res (hot dog) (01)	Fideos de Pasta, Varios (107)	Manzanas (01)	Elote/Maiz (161)	Leche Fluida (07)
133	MM #133	Frijoles Rojos (77)	Arroz Blanco (134)	Fruta Mixta (22)	Elote/Maiz (161)	Leche Fluida (07)
134	MM #134	Kielbasa de Puerco (042)	Pan / Muffin de Maiz (06)	Otra Papa (226)	Repollo (206)	Leche Fluida (07)
135	MM #135	Salmon (34)	Arroz Blanco (134)	Puré de Manzana (02)	Chicharos Verdes (218)	Leche Fluida (07)
136	MM #136	Atun / Tuna (36)	Otras Galletas (64)	Jugo de Uva (54)	Papas Fritas / French Fries (222)	Leche Fluida (07)
137	MM #137	Pollo (20)	Fideos de Pasta, Varios (107)	Melón Verde (Honeydew) (16)	Verduras Mixtas (164)	Leche Fluida (07)
138	MM #138	Carne Molida de Res (02)	Arroz Blanco (134)	Brócoli (155)	Manzanas (01)	Leche Fluida (07)
140	MM #140	Filetes de Pescado (31)	Palitos de Pan (Suave) (03)	Verduras Mixtas (164)	Uvas (14)	Leche Fluida (07)
141	MM #141	Bistec/Filete de Res (14)	Pan Frances, Enriquecido o Integral (14)	Papa al Horno (221)	Ensalada Mixta (214)	Leche Fluida (07)
142	MM #142	Pollo (20)	Bolillos (28)	Chicharos Verdes (218)	Duraznos (26)	Leche Fluida (07)
143	MM #143	Salchicha en Pan de Maiz (Corn Dog) (11)	Envoltura de Corn Dog (07)	Papas Fritas / French Fries (222)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
144	MM #144	Jamon (41)	Pan de Trigo / Integral (35)	Ensalada de Papa (227)	Frijoles Verdes / Amarillos (184)	Leche Fluida (07)
145	MM #145	Huevos (110)	Pan de Trigo / Integral (35)	Papas Fritas / Hash Browns (224)	Plátanos (04)	Leche Fluida (07)
146	MM #146	Pollo (20)	Pan Blanco (36)	Verduras Mixtas (164)	Melón (08)	Leche Fluida (07)
147	MM #147	Carne Molida de Res (02)	Pan Frances, Enriquecido o Integral (14)	Crushed/Diced Tomatoes (233)	Albaricoque (Chabacano) (03)	Leche Fluida (07)
148	MM #148	Pavo (55)	Pan de Trigo / Integral (35)	Kiwi (18)	Ensalada Mixta (214)	Leche Fluida (07)
150	MM #150	Palitos de Pescado (32)	Coditos / Macarrones (102)	Frijoles Verdes / Amarillos (184)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
151	MM #151	Nuggets de Pollo (25)	Relleno / Aderezo (34)	Papas Fritas / French Fries (222)	Chicharos Verdes (218)	Leche Fluida (07)
152	MM #152	Huevos (110)	Pan Pita (25)	Naranjas (24)	Brócoli (155)	Leche Fluida (07)
153	MM #153	Queso Cheddar (82)	Pan Blanco (36)	Sopa de Tomate (261)	Uvas (14)	Leche Fluida (07)
154	Pizza Meal	Queso Mozzarella (88)	Corteza/Masa para Pizza (071)	Pepinos (162)	Melón (08)	Leche Fluida (07)

155	Beef Veg Stew/Soup	Carne Guisada de Res (15)	Galletas Saladas (62)	Zanahorias (157)	Puré de Manzana (02)	Leche Fluida (07)
156	Stuffed Peppers	Carne Molida de Res (02)	Pan de Trigo / Integral (35)	Pimientos, Rojo / Verde / Amarillo (30)	Gelatina con Fruta (17)	Leche Fluida (07)
157	Chicken/Rice Casserole	Pollo (20)	Arroz Blanco (134)	Piña (30)	Brócoli (155)	Leche Fluida (07)
158	Chicken Pot Pie	Pollo (20)	Masa para Hojaldre (72)	Manzanas (01)	Uvas (14)	Leche Fluida (07)
160	Rice and Pigeon Peas	Otros Frijoles (74)	Arroz Blanco (134)	Chicharos de Paloma (240)	Hortalizas de raA-z (237)	Leche Fluida (07)
161	Rice and Beans	Otros Frijoles (74)	Arroz Blanco (134)	Ensalada Mixta (214)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
162	Rice with Sausage	Chorizo (46)	Arroz Blanco (134)	Otros Frijoles (200)	Naranjas (24)	Leche Fluida (07)
163	Rice with Chicken	Pollo (20)	Arroz Blanco (134)	Otros Frijoles (200)	Puré de Manzana (02)	Leche Fluida (07)
164	Rice with Vegetables	Otros Frijoles (74)	Arroz Blanco (134)	Verduras Mixtas (164)	Guineos verdes (43)	Leche Fluida (07)
165	Meat Turnover	Pollo (20)	Arroz Blanco (134)	Otros Frijoles (200)	Hortalizas de raA-z (237)	Leche Fluida (07)
167	Gr Beef w/Banana Crust	Carne Molida de Res (02)	Verdes / cortezas de plátano (44)	Zanahorias (157)	Otros Frijoles (200)	Leche Fluida (07)
168	Potato Ball	Carne Molida de Res (02)	Verdes / cortezas de plátano (44)	Naranjas (24)	Otros Frijoles (200)	Leche Fluida (07)
170	Plantain & Gr Beef Pie	Carne Molida de Res (02)	Arroz Blanco (134)	Chayote (234)	Otros Frijoles (200)	Leche Fluida (07)
171	Spaghetti Meal	Carne Molida de Res (02)	Otros Fideos (103)	Mandarinas (20)	Apio (160)	Leche Fluida (07)
172	Chili Mac	Carne Molida de Res (02)	Coditos / Macarrones (102)	Fruta Mixta (22)	Brócoli (155)	Leche Fluida (07)
173	Cubed Pork & Vegetables	Jamon (41)	Arroz Blanco (134)	Hortalizas de raA-z (237)	Mandarinas (20)	Leche Fluida (07)
174	Peanut Butter Lunch	Crema de Cacahuete & Carne (121)	Pan Blanco (36)	Zanahorias (157)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
175	Salisbury Steak Meal	Bistec/Filete de Res (14)	Bolillos (28)	Pure Papas (225)	Elote/Maiz (161)	Leche Fluida (07)
176	Hamburger Meal	Carne Molida de Res (02)	Pan de Hamburguesa (17)	Papas Fritas / French Fries (222)	Duraznos (26)	Leche Fluida (07)

60

Menú Conde: Tip de Comida: se Desayuna

<u># /Nombre</u>	<u>Alimento de Carne</u>	<u>Alimento de Pan</u>	<u>Primer Ver/Fruta</u>	<u>Segunda Ver/Fruta</u>	<u>Alimento de Leche</u>
50	MM #50	Bagel / Rosca (01)	Jugo de Manzana (51)		Leche Fluida (07)
51	MM #51	Cereal, Frio / Seco (40)	Fresas (37)		Leche Fluida (07)
52	MM #52	Rollos de Canela o Dulces (52)	Fruta Mixta (22)		Leche Fluida (07)
53	MM #53	Biscuits / Bizcochos (02)	Peras (27)		Leche Fluida (07)
54	MM #54	Cereal, Frio / Seco (40)	Duraznos (26)		Leche Fluida (07)
55	MM #55	Cereal, Caliente / Cocido (41)	Plátanos (04)		Leche Fluida (07)
56	MM #56	Panqueques / Waffles (88)	Arándanos (06)		Leche Fluida (07)
57	MM #57	Panqueques / Waffles (88)	Fresas (37)		Leche Fluida (07)
58	MM #58	Pan de Trigo / Integral (35)	Piña (30)		Leche Fluida (07)
60	MM #60	Pan / Muffin de Fruta (143)	Jugo de Uva (54)		Leche Fluida (07)
61	MM #61	Donas (sin glaseado) (54)	Jugo de Naranja (58)		Leche Fluida (07)
62	MM #62	Cereal, Frio / Seco (40)	Jugo de Manzana (51)		Leche Fluida (07)
63	MM #63	Empanadas / Pasteles de Tostador (57)	Manzanas (01)		Leche Fluida (07)
64	MM #64	Cuernitos (08)	Fresas (37)		Leche Fluida (07)
65	MM #65	Pan de Trigo / Integral (35)	Papas Fritas / Hash Browns (224)		Leche Fluida (07)
66	MM #66	Tostadas a la Francesa (15)	Fresas (37)		Leche Fluida (07)
67	MM #67	Grits (Enriquecido) (84)	Manzanas (01)		Leche Fluida (07)
68	MM #68	Cereal, Caliente / Cocido (41)	Duraznos (26)		Leche Fluida (07)
70	MM #70	Mollete / Panecillo (12)	Jugo de Naranja (58)		Leche Fluida (07)
71	MM #71	Cereal, Frio / Seco (40)	Melón Verde (Honeydew) (16)		Leche Fluida (07)
72	MM #72	Pan de Trigo / Integral (35)	Jugo de Naranja (58)		Leche Fluida (07)
73	MM #73	Tostadas a la Francesa (15)	Duraznos (26)		Leche Fluida (07)
74	MM #74	Bagel / Rosca (01)	Jugo de Uva (54)		Leche de Sabor (Choco)

75	MM #75	Cereal, Frio / Seco (40)	Plátanos (04)	Leche Fluida (07)
77	MM #77	Bagel / Rosca (01)	Plátanos (04)	Leche Fluida (07)
78	MM #78	Cereal, Frio / Seco (40)	Jugo de Naranja (58)	Leche Fluida (07)
80	MM #80	Rollos de Canela o Dulces (52)	Puré de Manzana (02)	Leche de Sabor (Chocola)
81	MM #81	Cereal, Caliente / Cocido (41)	Jugo de Naranja (58)	Leche Fluida (07)
82	MM #82	Panqueques / Waffles (88)	Jugo de Cereza (53)	Leche Fluida (07)
83	MM #83	Mollete / Panecillo (12)	Kiwi (18)	Leche Fluida (07)
84	MM #84	Cereal, Frio / Seco (40)	Arándanos (06)	Leche Fluida (07)
85	MM #85	Panqueques / Waffles (88)	Plátanos (04)	Leche Fluida (07)
86	MM #86	Empanadas / Pasteles de Tostador (57)	Peras (27)	Leche Fluida (07)
087	MM #87	Cereal, Caliente / Cocido (41)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
088	MM #88	Pan / Muffin de Fruta (143)	Plátanos (04)	Leche Fluida (07)
100	MM #100	Pan de Trigo / Integral (35)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
101	MM #101	Bagel / Rosca (01)	Arándanos / Salsa (10)	Leche Fluida (07)
102	MM #102	Cereal, Frio / Seco (40)	Fruta Mixta (22)	Leche Fluida (07)
103	MM #103	Panqueques / Waffles (88)	Jugo de Manzana (51)	Leche Fluida (07)

39

Menú Conde: Tip de Comida: se Toma un merienda

# /Nombre	<u>Alimento de Carne</u>	<u>Alimento de Pan</u>	<u>Primer Ver/Fruta</u>	<u>Segunda Ver/Fruta</u>	<u>Alimento de Leche</u>
10	MM #10	Galletas de Queso (211)			Leche Fluida (07)
11	MM #11	Empanadas / Pasteles de Tostador (57)			Leche Fluida (07)
12	MM #12	Galletas Dulces (50)			Leche Fluida (07)
13	MM #13	Galletas Graham (60)			Leche Fluida (07)
14	MM #14	Rollos de Canela o Dulces (52)	Manzanas (01)		
15	MM #15	Queso Cheddar (82)	Melón Verde (Honeydew) (16)		
16	MM #16	Crema de Cacahuete (120)			
17	MM #17	Atun / Tuna (36)			
20	MM #20		Jugo de Naranja (58)		
21	MM #21	Crema de Cacahuete (120)	Plátanos (04)		
22	MM #22	Pavo (55)			
23	MM #23		Manzanas (01)		
24	MM #24	Pollo (20)			
25	MM #25	Huevos (110)	Papas Fritas / Hash Browns (224)		
26	MM #26		Jugo de Manzana (51)		
27	MM #27	Huevos (110)			
28	MM #28				Leche Fluida (07)
30	MM #30				Leche Fluida (07)
31	MM #31				Leche Fluida (07)
32	MM #32		Duraznos (26)		
33	MM #33		Zanahorias (157)		Leche Fluida (07)
34	MM #34		Plátanos (04)		Leche Fluida (07)
35	MM #35	Huevos (110)			
36	MM #36		Jugo de Piña (61)		
37	MM #37	Yogur (130)	Fruta Mixta (22)		
38	MM #38		Jugo de Tomate / Verdura (63)		

9/19/2011

40	MM #40		Galletas Dulces (50)	Plátanos (04)	
41	MM #41	Crema de Cacahuete (120)		Apio (160)	Cerezas (33)
42	MM #42	Queso Cheddar (82)	Maíz / Tortilla de Harina (140)		
43	MM #43	Salchicha de Res (hot dog) (01)	Pan para Hot Dog (20)		
44	MM #44	Queso Cheddar (82)	Maíz / Tortilla de Harina (140)	Salsa (174)	
45	MM #45		Rollos de Canela o Dulces (52)	Jugo de Naranja (58)	
46	MM #46	Yogur (130)		Fresas (37)	
47	MM #47		Galletas de Queso (211)	Piña (30)	
48	MM #48		Otras Galletas (64)	Jugo de Tomate / Verdura (63)	

Ment 35

late / Fresa) (03)