

Sistema Total de Comida - 5 dias de Comidas enviadas a Casa

Ciclo de Menu 2024

Mayo - Agosto

	Tamano de	Filete Salisbury	Tamano de	Ensalada de Atun	Tamano de	Hamburguesa de Queso Mac Tazon	q	Pollo Teriyaki	Tamano de	Pasta a la Bolognesa
Semana 1	8 oz	Leche Baja en grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa	8 oz	Leche baja en Grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa	8 oz	Chocolate con leche baja en grasa
	1 ea	Taza de Pina	1 pza	Pasitas			1 pza	Taza de Papaya & Mango	1 ea	Taza de Naranja
	3/4 TAZA	Chicharo herbal	3/4 cup	Zanahorias marinadas & Pimiento	3/4 taza	Clabaza Amarilla	3/4 taza	Zanahorias al vapor	3/4 cup	Marinara con Champinones
	2 oz	Rollo de Grano Entero	1 cup	Ensdalada de Pasta	1 taza	Macarron de Grano Entero	1 taza	Arroz Integral	1 cup	Pasta de Grano Entero
	2.1 oz	tortitas de carne Salisbury	3 oz	Ensalada de Atun	2 oz	Carne Molida de res	2 oz	Pechugas de Pollo	3 oz	Res Bolognesa
	1 oz	Salsa acaramelada			3 oz	Salsa de Queso	1 oz	Salsa Teriyaki		
	1 pza	Taza de Mantequilla								

	Tamano de	Spaghetti & Bolitas de Carne	Serving Size	Sandwich de Ensalada de Huevo Cocido	Serving Size	Frijoles Negros & Arroz Amarillo	Serving Size	Pavo en Salsa de Cebada	Serving Size	Pollo al Mojo de Citricos
Semana 2	8 oz	Leche baja en grasa	8 oz	Chocolate con leche baja en Gasa	8 oz	Leche baja en Grasa	8 oz	Leche baja en Grasa	8 oz	Leche baja en grasa
	1 ea	Salsa de Manzana	1 pza	Taza de Papaya & Mango	1 pza	Pasitas	1 pza	Salsa de Manzana	1 taza	Pasitas
	3/4 tza	Zanahorias al Vapor	1/2 taza	Durazno Zapatero	3/4 Taza	Pimientos & Cebollas	3/4 taza	Coliflor	3/4 taza	Chicharos en Infusion de Citricos
	1 taza	Spaghetti de Grano Entero	1 oz	Granola	1 cup	Arroz Amarillo	1 taza	Cebada al vapor	1 taza	Pilaf de arroz Integral
			1 oz	Pan de Trigo						
	2 oz	Bolitas de Crne de Res	3 oz	Ensalada de huevo cocido	1/2 cup	Frijoles Negros Guisados	3 oz	Salsa de Pavo y Cebada	3oz	Pollo infundido en Mojo
	3 oz	Marinara								

	Serving Size	Frijoles Rojos & Arroz Revocado	Serving Size	Pavo & Sandwich Suizo	Serving Size	Cerdo Rostizado & Teriyaki Soba	Serving Size	Pollo & Brocoli	Serving Size	Sloppy de Lentejas Joe
Semana 3	8 oz	Chocolate con Leche Baja Een Gra	8 oz	Leche Baja Grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa
	1 pza	Taza de Naranja	1 pza	Taza de Pina	1 pza	Taza de Papaya & Mango	1 pza	Pasitas	1 ea	Salsa de Manzana
	3/4 taza	Espinacas al Vapor	3/4 taza	Ensalada coleslaw	3/4 taza	Chicharos Tiernos en Vaina& Pimi	3/4 taza	Brocoli	3/4 taza	Salsa de Mostaza Chow Chow
	1 taza	Arroz Revocado	2 oz	Pan de Trigo	1 taza	Fideos Teriyaki Soba	1 oz	Rollo Cena de Grano Entero	2 oz	Panecito de Grano Entero
							1/2 taza	Pilaf de Arroz Integral		
	1/2 taza	Frijoles Rojos Guisados	2 oz	Rebanadas de Pecuga de Pavo	2 oz	Filete de Cerdo Rostizado	2 oz	Pechuga de Pollo	3/4 taza	Lentejas en Salsa de Tomate
			1 pza	Suizo						

	Serving Size	Pay de Pollo de Olla	Serving Size	Ensalada Mexicana de Pasta	Serving Size	Pollo Parmesano	Serving Size	Pay de Pavo al Pastor	Serving Size	Tazon de Fajita de Pollo
Semana 4	8 oz	Leche Baja Een Grasa	8 oz	Chocolate en Leche Baja en Grasa	8 oz	Leche Baja en Grasa	8 oz	Chocolate en Leche de Grano Ente	8 oz	Leche Baja en Grasa
	1 pza	Taza de Peras	1 pza	Taza de Papaya & Mango	1 taza	Taza de Naranja			1 pza	Taza de Pina
	3/4 taza	Popurri de Ejotes	3/4 taza	Pimientos picados & Elote	3/4 taza	Marinara	3/4 cup	Mezcla de Vegetales con Elote	3/4 taza	Frijoles Pintos Guisados
	2 oz	Panecito de Grano Entero	1 taza	Ensalada de Pasta de Grano Entero	1 taza	Spaghetti de Grano Entero	1 cup	Pure de Papa	1 taza	Arroz Blanco con Pimientos
	3 oz	Salsa acaramelada de Caldo de po	1/2 taza	Frijoles Negros Marinados	3 oz	Tortita de pollo	3 oz	Pavo en Salsa Acaramelada	2 oz	Pechuga de Pollo
					0.5 oz	Queso Mozzarella				

Chef2Home Hot Menu 5-Day Menu/Lighter Fare Thursday - Q3Q4 2024

	Comida 1	Comida 2	Comida 3	Comida 4	Comida 5	Service Dates
SEMANA 1	<p>Pollo Parmesano 3.15 oz. Pollo empanizado 2.5 oz. Salsa 0.5 oz. Queso Mozzarella 3/4 taza Brocoli 1/2 taza Rotini de Grano Entero 1/2 taza Manzana y canela crujiente 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4.23 oz. Jugo de Manzana Filete de jamon Glaseado de Pina 3 oz. Filete de Jamon 1/4 taza Cobertura de pina 1 taza Chicharos 3/4 Pilaf de Arroz Integral 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Jugo de Manzana Pollo con Salsa Ranchera acaramelada de Pimiento 3.15 oz. Tortitas de Pollo Empanizado 1.5 oz. Salsa Acaramelada 1/2 Taza de Zanahoria 1/2 Taza Pure de Papa 2 oz. Rollo de grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>1/2 taza de peras picadas Ensalada Italiana de Pollo 2.5 oz. Pollo 0.25 oz. Queso Mozz 1oz. Diced Tomatoes 1 Taza Ensalada 1/2 Taza Ensalada mixta de Vegetales 2 oz. Rollo de Grano Entero 2 Mantequilla Untable 1 pza Paquete d Aderezo Italiano 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Salsa de Manzana Pasta & Bolitas de Carne con Salsa Marinara 3 oz. Bolotas de Carne 3 oz. salsa Marinara 1/2 taza Pasta de grano Entero 1/2 taza Coliflor 1/4 cup Colesitas de Bruselas 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	
SEMANA 2	<p>4.23 oz. Jugo de Manzana Cerdo Sazonado a la barbicue 3 oz. Costillas de Cerdo 1 oz Salsa 1/2 taza Ejotes 1/2 taza Camote 2 oz. Rollo de Grano Entero 2 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Jugo de Uva Pollo Tailandes al Curry y Gengibre 3 oz. Pollo cortado en cubos 2.5 oz. Salsa 1/4 cup Fajita de Vegetales 1/2 taza Brocoli 3/4 Pilaf de Arroz Integral 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>Filete Salisbury 3 oz. Tortitas de Filete Salisbury 2 oz. Salsa acaramelada de champinones 1/2 taza Pure de Papa Clasico 1/2 taza Zanahorias 1/2 taza Rebanadas calientes de manzana 2 oz. Rollo de Grano Entero 2 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4oz. Ponche de Fruta Tropical Pavo & Sanwich Suizo 2 oz. Pavo .75 oz. Queso Swiso 3/4 cup Ensalada de Papa 1 Paquete de Mayonesa 2 oz. Pan de Grano Entero 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Taza de Durazno Res & Salsa de Frijoles 5 oz. Salsa de Frijoles 1 oz. Fijoles cocidos 1 taza Arroz & Frijoles 3/4 taza Brocoli 2 oz. Rollo de grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>8th - July 12th Aug 5th - Aug 9th Sept 2nd - Sept 6th Sept 28th - Oct 3rd 28th - Nov 1st Nov 25th - Nov 29th Dec 21st - Dec - 26th</p>
SEMANA 3	<p>4 oz. Salsa de Manzana Pastel de Carne Italiano 2.6 oz. Pastel de carne 2 oz. Marinara 1/2 taza Zanahoria 1/2 Taza Pure de Papa 2 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Jugo de Uva Divan de Pavo 3 oz. Pavo cortado en cubos 3/4 taza Brocoli 2 oz. Salsa de Queso 3/4 cup Pilaf de Arroz Integral 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>Cebolla Francesa-Chuleta de Cerdo Empanizada 3.35 oz. Chuleta De Cerdo empanizada 2 oz. Salsa acaramelada 1/2 taza Pure de Papa 1/2 taza Chicharos 1/2 cup Manzana y Canela crujiente 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Jugo de Uva Ensalada de taco 3 oz. Res 0.5 oz Queso Cheddar Rallado 1 oz Tomates cortados en cubos 1 taza Lechuga 3/4 cup Frijoles Negros & Ensalada de Elote 1ea Salsa Para Taco 1ea - 6" Tortilla Entera de grano 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4 oz. Salsa de Manzana Pollo Suroeste con pasta y Queso Cheddar 1/2 taza Pasta 2 oz. Pollo cortado en cubos 2 Cda. Frijoles & Elote 2 oz. Salsade queso 1/2 taza Tomates guisados 1/2 taza Brocoli 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>15th - July 19th Aug 12th - Aug 16th Sept 9th - Sept 13th Oct 4th - Oct 10th Nov 4th - Nov 8th Dec 2nd - Dec 6th</p>
SEMANA 4	<p>4.23 oz. Jugo de Manzana Pizza de Queso (2oz Proteina/2 Grano) 1 taza Popurri Italiano de Frijol 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4.23 oz. Jugo de Manzana Goulash de Res 3 oz. Res 1/2 cup WG Codo Macaroni 2 oz. Salsa de Tomate 1/2 taza Zanahoria 1/2 taza Chicharos 1 oz. Rollo de grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>Pollo Marroqui & Lentejas 2 oz. Pollo 3 oz. Salsa Marroqui 1/4 taza Lentejas 1/4 taza Pimientos 1/4 taza Mezcla de Vegetables 3/4 taza Pilaf de Arroz Integral 1/2 taza Manzana Caliente c/ Pasitas 1 oz. Rollo de Grano Entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>4oz. Ponche de Fruta Tropical Jamon de Pavo & Sandwich de queso Cheddar 2 oz. Jamon de Pavo .75 oz. Queso Cheddar 1 taza Ensalada de Brocoli 1 Paquete de Mayonesa 2 oz. Pan de Grano Entero 8 oz. 1% Leche</p>	<p>Filete Suizo 3 oz. Tortitas de res 2.5 oz. Salsa de Filete Suizo 1/2 taza Pure de Papa 1/2 taza Mezcla Normanda 1/2 taza Manzana y canela 2 oz. Rollo de Grano entero 1 Mantequilla Untable 8 oz. 1% Leche</p>	<p>Jul 22nd - July 26th Aug 19th - Aug 23rd 16th - Sept 20th Oct 11th - Oct 17th 11th - Nov 15th Dec 9th - Dec 13th</p>

Este menu ha sido disenado usando el patron de requisitos de comida componente DOEAE. Cuando lo prepare usando los productos y recetas aprobados, Cuando fue preparado usando recetas y productos aprobados, este menu reúne el patron de requisitos for una comida por dia (una porcion de 2 oz de proteina comestible, 3/4 de taza de vegetales y 1/2 taza de fruta O 1 1/2 tazas de vegetales, 2 porciones de granos, 1 taza de leche, 25 mg de Vitamina C por comida, 233 mcg Vitamina A 3 veces por semana; incluye comidas con grano integral)

MENU PREPARADO POR: Metz Culinary Management
FECHA: 6.6.24
MENU SERVICE DATES: July 1st - Dec 26th
FIRMA DEL(LA) DIETISTA: *Kerry Sloan RO*