

GREAT FUTURES START **HERE.**



**WALTHAM
BOYS & GIRLS CLUB**

Menú de cena septiembre 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	5	6	7	
CERRADO Feliz Día del Trabajo	(3 oz) de queso asado WW (½ taza) de tomate y pepino (½ taza) de peras ahuecadas (8 oz) de leche a elección	(2 oz) de pizza WW Bagel (1 taza) Ensalada (1 cada uno) Manzana fresca (8 oz) de leche a elección	(3 Oz) Pollo Asado (1 oz) de panecillo WW (½ taza) de maíz estilo suroeste (½ taza) de piña (8 Oz) Leche a elección	(3 Oz) Pollo (1 taza) Ensalada César (1 Oz) envoltura WW (1 cada uno) Manzana fresca (8 oz) Leche a elección
11	12	13	14	15
(3 onzas) de ensalada de pollo (1 oz) de envoltura WW (1 cada uno) Gajos de naranja (½ taza) Zanahoria y Apio (1 onza) de patatas fritas (8oz) Leche a elección	(2 oz) Hamburguesa Con Queso (1 oz) de panecillo WW (1 taza) Papas fritas (½ taza) de peras ahuecadas (8 oz) Leche a elección	(8 oz) de pasta con salsa de carne (1 oz) de panecillo WW (½ taza) de judías verdes (1 cada uno) Manzana fresca (8 oz) de leche a elección	(2 oz) de pizza tipo bagel WW (1 taza) Ensalada (½ taza) gajos de naranja (8 oz) de leche a elección	(2oz) Hot dog de carne de res (1 oz) de panecillo WW (½ taza) de maíz (½ taza) de duraznos en copa (8 oz) de leche a elección
18	19	20	21	22 NACHO
(3 oz) de queso asado (1 oz) de pan WW (1 taza) Ensalada César (½ taza) Cóctel de frutas (8 oz) de leche a elección	(3 onzas) de pollo teriyaki (½ taza) de arroz (½ taza) de brócoli (½ taza) Piña (8 oz) de leche a elección	(8 OZ) Salsa De Carne Para Pasta (1 oz) de panecillo WW 1/2 taza de judías verdes (1/2c) Manzana fresca (8oz) Leche a elección	(2 oz) de pizza tipo bagel WW (1 taza) Ensalada (½ taza) gajos de naranja (8 oz) de leche a elección	(3 onzas) de carne de res (4 oz) Taza de queso (1 Oz) Chips de tortilla WW (1/2 taza) de maíz (1/2c) Peras ahuecadas (8 Oz) de leche a elección
25ALMUERZO	26	27	28	29
(1 oz) Mantequilla solar y gelatina (1 oz) de pan WW (1 oz) de barra de queso (1/2c) Gajos de naranja (½ taza) Cazos para verduras (8OZ) Elección de leche	(2 oz) Hamburguesa Con Queso (1 oz) de panecillo WW (1 taza) Papas fritas (½ taza) de peras ahuecadas (8 oz) Leche a elección	8 OZ) Salsa De Carne Para Pasta (1 oz) de panecillo WW 1/2 taza de judías verdes (1/2c) Manzana fresca (8oz) Leche a elección	(2 oz) de pizza tipo bagel WW (1 taza) Ensalada (½ taza) gajos de naranja (8 oz) de leche a elección	(2oz) Hot dog de carne de res (1 oz) de panecillo WW (½ taza) de maíz (½ taza) de duraznos en copa (8 oz) de leche a elección

--	--	--	--	--

Declaración de no discriminación del USDA

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las regulaciones y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA), esta institución tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo (incluida la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad, o represalias o represalias por actividades anteriores de derechos civiles.

La información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Las personas con discapacidades que requieran medios de comunicación alternativos para obtener información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cintas de audio, lenguaje de señas americano), deben comunicarse con la agencia estatal o local responsable que administra el programa o con el Centro TARGET del USDA al (202) 720- 2600 (voz y TTY) o comuníquese con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339. Para presentar una queja por discriminación en el programa, el demandante debe completar un formulario AD-3027, Formulario de queja por discriminación del programa del USDA, que se puede obtener en línea en: Formulario de queja por discriminación del USDA, desde cualquier oficina del USDA, llamando al (866) 632-9992 o llamando al escribiendo una carta dirigida al USDA. La carta debe contener el nombre, la dirección, el número de teléfono del denunciante y una descripción escrita de la supuesta acción discriminatoria con suficiente detalle para informar al Subsecretario de Derechos Civiles (ASCR) sobre la naturaleza y la fecha de una supuesta violación de los derechos civiles. El formulario o carta AD-3027 completo debe enviarse al USDA por:

correo:

**Departamento de Agricultura de EE. UU.
Oficina del Subsecretario de Derechos Civiles
1400 Avenida Independencia, SW
Washington, DC 20250-9410; o**

fax:

**(833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
correo electrónico:
program.intake@usda.gov**

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

MENÚ SUJETO A CAMBIOS

La comida que se sirve en este sitio puede contener uno de los siguientes alérgenos:

**HUEVOS
PEZ
LECHE
MARISCOS
SOJA
TRIGO**