

Entrega de comida de Recoger para llevar

X = Alérgeno presente  
! = Puede contener alérgeno

GF=Sin gluten

La FDA no considera el aceite de soja altamente refinado como un alérgeno. Por lo tanto, los productos que contienen estos aceites altamente refinados no figuran en la columna de alérgenos de soja. Si es alérgico a los aceites altamente refinados en la soja o el maní, hable con el dietista registrado del Servicio de Nutrición

Tenga en cuenta: las sustituciones de ingredientes alimentarios y los cambios en la etiqueta nutricional pueden ocurrir sin previo aviso. Si tiene alguna pregunta sobre un producto específico, consulte al gerente del Servicio de Nutrición, al dietista registrado o envíe un correo electrónico a Nutrition\_Services@charleston.

Nombre de receta (desayuno)	Gluten	Trigo	Huevos	Leche	Soya	Maní	Nueces de árbol	Pescado	Mariscos	Notas	Nombre de receta (desayuno)	Medida de porción	Calorías	Grasa total	Carbohidratos totales	Sodio	Proteína
Kit de cereal del lunes							X (Almendras)				Kit de cereal del lunes						
Honey Nut Cheerios	GF										Honey Nut Cheerios	1 caja	210	3g	45g	320mg	5g
100% Jugo de Ponche de Frutas	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Ponche de frutas	1 caja	60	0	15	5	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			X							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Kit de Pop Tart del martes (1 tipo)											Kit de Pop Tart del martes (1 tipo)						
Poptart de arándanos	X	X			X						Poptart de arándanos	1 poptart	180	2.5	38	180	2
Poptart de fresa	X	X			X						Poptart de fresa	1 poptart	180	2.5	38	180	2
Galletas de osito	X	X									Galletas de osito	1 paquete	120	3.5	21	100	1
100% jugo de manzana	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Jugo de manzana	1 caja	60	0	14	5	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Kit de cereal del miércoles											Kit de cereal del						
Toast Crunch de canela	X	X			X						Toast Crunch de canela	1 caja	230	6g	44g	320mg	3g
100% Jugo de Ponche de Frutas	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Ponche de frutas	1 caja	60	0	15	5	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Kit de Pop Tart del jueves (1 tipo)											Kit de Pop Tart del jueves (1 tipo)						
Poptart de arándanos	X	X			X						Poptart de arándanos	1 poptart	180	2.5	38	180	2
Poptart de fresa	X	X			X						Poptart de fresa	1 poptart	180	2.5	38	180	2
Goldfish	x	x		x							Goldfish	1 paquete	100	4	14	170	2
100% jugo de manzana	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Jugo de manzana	1 caja	60	0	14	5	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Kit de pan del viernes											Kit de pan del viernes						
Pan de Arándano	x	x	x	x	x						Pan de Arándano	1 mini pan	150	4.5	26	105	3
Pan de Plátano	x	x	x	x	x						Pan de Plátano	1 mini pan	160	4.5	26	105	3
Galletas de osito	x	x									Galletas de osito	1 paquete	120	3.5	21	100	1
100% Jugo de Ponche de Frutas	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Ponche de frutas	1 caja	60	0	15	5	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Sábado y domingo: Kit de variedad ES											Sábado y domingo: Kit de variedad ES						
Desayuno de tostadas crujientes	x	x	x	x	x						Desayuno de tostadas		270	6	55	215	2
Desatuno de Galletas Grahams	x	x	x	x	x						Desatuno de Galletas		290	5.5	59	285	3
Desayuno de azucaritas (WG)	x	x			x						Desayuno de		260	3.5	53	320	5
Nombre de receta (almuerzo)	Gluten	Trigo	Huevos	Leche	Soya	Maní	Nueces de árbol	Pescado	Mariscos	Notas	Nombre de receta (almuerzo)	Medida de porción	Calorías	Grasa total	Carbohidratos totales	Sodio	Proteína
Lunes: Kit de variedad de almuerzo ES											Lunes: Kit de variedad de almuerzo ES						
Sandwich de pollo Charleston en hamburguesa con queso en pan brico	x	x		x	x					PROTEÍNA DE GUSIANT	Sandwich de pollo en hamburguesa con	1 sandwich	380	10.50	45	760	27
Filete de pollo	x	x									Filete de pollo	3 filetes	250	8	22	600	22
Salchichas empanizadas	x	x	x		x						Salchichas	1	240	8g	30g	390	9
Perro caliente C/ BOLLO	x	x									Perro caliente C/ Bollo	Perro caliente	300	17.00	28	540	1/11
Allitas con hierbas italianas	gf									Sin los 8 alérgenos principales	Allitas con hierbas italianas	4 allitas	154	9.60	1	549	1/24
Variedad de Sun Chip	x	x		x							Variedad de Sun Chip	1 bolsa	140	6	19	200	2
Zanahorias tiernas	GF									No Top 8	Zanahorias tiernas	2 oz	29	0	6	68	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Martes:											Martes:						
Hamburguesa americana con	x	x		x	x						Hamburguesa	1	300	10	30	512	22
Taquito de carne	x	x		x	x						Taquito	un taquito	345	13	32	630	20
Anytimers Cheese & Turkey Pepperoni pizza lunchable	x	x		x	x						Anytimers Cheese & Pepperoni Pizza	1 kit	350	15	35	880	15
Anytimers cheese pizza lunchable	x	x		x							Anytimers Cheese pizza	1 kit	360	17	34	750	13
Salchicha con con queso y chili Goldfish	x	x		x	x						Chili Cheese Dog Goldfish	1 Perro caliente	298	11	32.5	628	16.8
Tomates-uvras	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Tomates-uvras	1/2 taza	15	0	3	4	1
Frutas secas de Zee Zee's							!			Puede contener	Frutas secas de Zee Zee's	1 caja	120	0	30	25	1
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Miércoles: Elección de la escuela: Salchichas empanizadas/ allitas con hierbas/ o perro caliente											Miércoles: Elección de la escuela: Salchichas empanizadas/ allitas con hierbas/ o perro caliente						
Salchichas empanizadas	x	x	x		x						Salchichas empanizadas	1	240	8g	30g	390	9
Perro caliente C/ BOLLO	x	x									Perro caliente C/ Bollo	Perro caliente	300	17.00	28	540	12
Allitas con hierbas italianas	gf									Sin los 8 alérgenos principales	Allitas con hierbas italianas	4 allitas	154	9.60	1	549	15
Paquete de brócoli Doritos, Nacho	GF			x							Paquete de brócoli Nacho Doritos	2 oz	16	0.00	3	15	0
Fruta entera	GF									Sin los 8 alérgenos principales	Fruta variada	1 fruta			Varia		
Leche	GF			x							Leche: blanca/	8 oz	80/110	0/0	12/19	125/180	8/8
Jueves: Kit de variedad de almuerzo ES											Jueves: Kit de variedad de almuerzo ES						
Comida de Rolillos de pavo y Entre comidas de Palitos De Queso	x	x	x	x	x						Comida de Rolillos de Entre comidas de	1 kit	480	22.5	62	510	14
Entre comidas de Palitos de queso	x	x		x	x						Entre comidas de	1 kit	410	20.5	43	1167	15
Entre comidas de Palitos de queso	x	x		x	x						Entre comidas de	1 kit	455	23	47	1010	16

