Menú de Diciembre 2019

Lunes Poderoso	Taco Tuesday	Miércoles loco	California Thursday	Viernes favoritos
2	**3**	**4**	**5**	**6**
Burrito de Frijol con Queso V SM Hamburguesa vegetariana en panecillo Integral V Pizza EUSD con Queso V SM Yogurt y Granola V GF Paleta Helada de Fruta Natural V	Taco con Pollo Deshebrado GF Pupusa de Queso con Frijol GF V Macarrón con Queso V SM Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso V	Pollo Agridulce, Arroz Integral y Galleta Fortuna Quesadilla V SM Rollo de Pollo Rostizado con Tortilla de Maíz SM Yogurt y Granola V GF	Taco Crujiente de Carne Orgánica de Pastoreo SM GF Pizza de Pollo EUSD con Salsa BBQ SM Pizza EUSD con Queso V SM Caja de Humus Bistro- Con totopos y Pieza de Queso Colby Jack GF V	Almuerzo en el Desayuno Pan Francés y Salchicha Pizza EUSD con Queso SM V Pizza EUSD de Pepperoni SM Barra Zeezee Bar + Yogurt y Pasas V Galletas EUSD de Avena y Chispas de Chocolate V SM
9	**10**	**11**	**12**	**13**
Espagueti con Salsa Marinara EUSD y pan con Ajo SM V Piezas de Pollo Crujiente Pizza EUSD con Queso V SM Yogurt y Granola V GF Paleta Helada de Fruta Natural V	Taco de Carnitas Rostizado Lentamente GF SM Hamburguesa de Carne 100% Natural GF en Pan Integral Tamal de Chile Verde con Queso GF V Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso V	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla V SM Pavo con Queso a la Parrilla SM Yogurt y Granola V GF	Pollo Rostizado con Salsa BBQ y piezas de Camote GF Pizza EUSD de Salchicha y Pepperoni SM Pizza EUSD con Queso V SM Caja de Humus Bistró- Con totopos y Pieza de Queso Dolby Jack GF V	Hot dog de Pura Carne GF en Pan Integral Pizza EUSD de Pepperoni SM Pizza EUSD con Queso V SM Barra Zeezee Bar + Yogurt y Pasas V Brownies EUSD De Frijol Negro V SM
16	**17**	**18**	**19**	**20**
Pan con Queso y Salsa Marinara V Macarrón con Queso V SM Pizza EUSD con Queso V SM Yogurt y Granola V GF Paleta Helada de Fruta Natural V	Platillo de Burrito de Frijol y Arroz GF V Sándwich de Pollo Crujiente Nacho Piezas Pequeñas GF V Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso V	Pollo Teriyaki GF con Fideos Chow Mein Galleta Fortuna Quesadilla V SM Quesadilla con Carne SM Yogurt y Granola V GF	Torre Fiesta Nacho V SM con Pollo Pizza EUSD Hawaiana SM Pizza EUSD con Queso V SM Caja de Humus Bistro- Con totopos y Pieza de Queso Colby Jack GF V GF V	Inicia el Descanso de Invierno

Descanso de Invierno

20 de Diciembre al 3 de Enero

¡Barra de Ensalada Fresca, de Temporada y de California!

¡Barras de Ensalada a Diario sin Limite, son parte de cada almuerzo escolar, incluye Lechuga orgánica cosechada en el huerto EUSD Farm Lab orgánico y vegetales de temporada!

Lunes: Bananas petite y Jícama
Martes: Súper Rebanadas de Manzanas y Pepinos
Miércoles: Mandarinas Halo de California
Jueves: Kiwis de California y Pieza de Apio
Viernes: Rebanadas de Naranjas Valencia de California

Se ofrecen diferentes aderezos a diario, incluyendo la opción GF

Precios:

Estudiantes $4.00
Adultos $5.00,
Solo Barra de ensalada,
Adultos $4.50

Contiene Puerco:
Sin Gluten: GF
Vegetariano: V
Receta Casera Creada a Diario: SM

Desayuno: Se sirve a diario en OK y PEC

El desayuno se sirve antes de clases **de 7:30-8:00 am**
El precio que pagan los alumnos es: $2.00, El precio que pagan los adultos: $3.00

Menú:

-Avena	-Barras de Avena Chewy
-Yogurt y Granola GF	-Cereales WG Varios
-Bagel y Queso crema	-Muffins
-Cinnamon Crumble Sano	-Pieza de Queso GF
- Mini Pancakes con Maple	-Barras de Suero de Leche
Rollo de Huevo con Queso	NUEVO: Pan Francés con canela

- Incluye una opción de leche, Jugo 100% fruta y fruta fresca

Cosecha del Mes
"Mandarinas Halo"

En diciembre los estudiantes disfrutarán Mandarinas Halo cosechadas en Bakerfield CA, ¡las mandarinas Halos tienen un alto contenido de vitaminas A, C, Potasio y Fibra! ¡Los estudiantes pueden disfrutar de estas mandarinas Halo Cuties en todas las barras de ensaladas de las escuelas cada miércoles!

- Para los pagos en línea, menús escolares e informes de nutrición visite nuestra nueva aplicación del menú móvil: www.schoolcafe.com.
-Las solicitudes para Almuerzo gratis o a precio reducido están disponibles en el Internet en: www.schoolmealapp.com en las oficinas de las escuelas o puede contactar al departamento Child Nutrition Services al 760 944-4300 ext. 2572.
- El almuerzo incluye: barra de ensalada, leche de recursos locales, platillo principal y otros alimentos adicionales.
- Alergias por alimento: la mayoría de los platos principales se sirven sin gluten excepto panecillo/tortilla/etc. Tortillas de maíz disponibles si las solicita. Artículos del menú son procesados en un lugar donde se manejan cacahuates y otros alérgenos. Servimos los artículos sin gluten, pero nuestras cocinas no están libres de gluten. Si su hijo requiere adaptaciones especiales de alimentación, por favor llene el formulario de Alimentos Especiales en el Sitio Child Nutrition http://www.eusd.net/child-nutrition-services/student-menus-nutrition-and-allergen-information/y regréselo a Esta institución ofrece oportunidades igualitarias de trabajo.
****Los menús son sujetos a cambio sin aviso**