

Lunes Poderoso	Taco Tuesday	Miércoles Loco	California Thursday	Viernes Favoritos
2	3	4	5	6
Espagueti con Salsa Marinara EUSD y Pan con Ajo Tamal de Pollo con Chile Verde Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada de Fruta Natural	Taco de Pescado con Pollock de Alaska Pupusa con Queso y Frijol Pollo y Waffles Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada y Pieza de Queso	Pollo Agridulce con Arroz Integral y Galleta Fortuna Quesadilla Quesadilla con Frijoles Sándwich de Queso a la Parrilla Yogurt y Granola	Sándwich de Albóndigas de Pollo y Marinara EUSD Pizza con pollo y Salsa EUSD BBQ Pizza EUSD con Queso Caja Bistró Humus, Totopos, Pieza de Queso Colby Jack	Hamburguesa con Carne Natural 100% Hamburguesa con Queso Pizza EUSD Peperoni Pizza EUSD con Queso Yogurt y Panecillo de Arándano Galletas de Chispas de Chocolate Doble
9	10	11	12	13
Ravioli con Queso y Salsa Marinara EUSD Pizza EUSD Margarita Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada de Fruta Natural	Taco de Carnitas Rostizadas Lentamente Macarrón con Queso Piezas de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada y Pieza de Queso	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla Yogurt y Granola	Pollo, Puré de Papa y Salsa Gravy Pizza EUSD con Salchicha y Peperoni Pizza EUSD con Queso Caja Bistró Humus, Totopos, Pieza de Queso Colby Jack	Desayuno en el Almuerzo- Pan Francés y Salchicha Pizza EUSD Peperoni Pizza EUSD con Queso Yogurt y Panecillo de Arándano Brownies EUSD de Frijoles Negros
16	Día de San Patricio 17	18	19	20
Burrito con Frijol y Queso Pan de Queso con Parmesano y Salsa Marinara Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada de Fruta Natural	Taco de Pollo Deshebrado Sándwich de Pollo Crujiente Pupusa con Queso y Frijol Guacamole Fresco (receta creada por estudiante!) Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada y Pieza de Queso	Pollo Agridulce con Arroz Integral y Galleta Fortuna Quesadilla Elote Rostizado y Rollo de Tortilla con Pollo Yogurt y Granola	Torre Fiesta Nacho con Carne Sazonada Pizza EUSD Hawaiana Pizza EUSD con Queso Caja Bistró Humus, Totopos, Pieza de Queso Colby Jack	Espagueti con Salsa Marinara EUSD y Pan con Ajo Pizza EUSD Peperoni Pizza EUSD con Queso Yogurt y Panecillo de Arándano Galleta EUSD de Avena y Chispas de Chocolate
23	24	25	26	27
Rollo de lasaña con Queso con salsa Marinara EUSD Quesadilla Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada de Fruta Natural	Taco Crujiente de Carne Hotdog de Pura Carne Tamal de Queso con Chile Verde Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada y Pieza de Queso	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla Yogurt y Granola	Sándwich de Pavo con Queso Pizza con pollo y Salsa EUSD BBQ Pizza EUSD con Queso Caja Bistró Humus, Totopos, Pieza de Queso Colby Jack	Macarrón con Queso Pizza EUSD Peperoni Pizza EUSD con Queso Yogurt y Panecillo de Arándano Brownies EUSD de Frijoles Negros

¡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: Mandarinas Halo Mandarinas, Naranjas y Jícama
Martes: Bananas Petite Bananas y Pepinos
Miércoles: Kumquats de la Región
Jueves: Súper Rebanadas de Manzana y Piezas de Apio
Viernes: Rebanadas de Naranja Valencia de California
Varios aderezos de sirven a diario incluyendo la opción

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
-Yogurt y Granola
-Bagel y Queso crema
-Cinnamon Crumble Sano
-Mini Pancakes con Maple
Rollo de Huevo con Queso
- Incluye una opción de leche, Jugo 100% fruta y fruta fresca
-Barras de Avena Chewy
-Cereales WG Varios
-Muffins
-Pieza de Queso
-Barras de Suero de Leche
NUEVO: Pan Francés con canela

Precios:
Estudiantes \$4.00
Adultos \$5.00,
Solo Barra de ensalada,
Adultos \$4.50



Cosecha del Mes
"Kumquats de la Localidad"
En marzo, los estudiantes disfrutarán de Kumquats de Fallbrook, CA. Los Kumquats son frutas cítricas, pequeñas y ovaladas, parecen naranjas pequeñas y se comen con la cascara. Kumquats ¡contienen un nivel elevado de vitamina A, E y C y se servirán en las ensaladas que se sirven en las escuelas los miércoles del mes!

-- 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/>
**Esta institución ofrece oportunidades igualitarias de trabajo. **Los menús son sujetos a cambio sin aviso.

Contiene Puerco:
Sin Gluten:
Vegetariano:
Receta Casera
Creada a Diario: