

WaveCrest Café Summer 2015 Lunch Menu

Free Lunch for All Children 18 years or younger

Meals proudly prepared daily by WaveCrest Café.



WAVECREST
CAFE

Meals served Monday through Friday.

No meals served Friday, July 3rd.



WAVECREST
CAFE

Lunch meals include entrée, 8 oz milk (1% or nonfat chocolate), fresh fruit & fresh vegetables!

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Bean Me Up Burrito!	Crazy Corndog	Super Duper Sub Sandwich	Perfect Bean & Cheese Pupusa	Pippin' Hot Pepperoni Pizza
Smucker's PB&J	Smucker's PB&J	Smucker's PB&J	Smucker's PB&J	Smucker's PB&J

This delicious menu will be offered at the following locations:



Alta Vista High School	June 8 - 26	10:00 am - 10:30 am	1575 Bonair Rd, Vista
Raymond Murray High	June 8 - 26	10:00 am - 10:30 pm	2115 N. Melrose Dr, Vista
California Avenue	June 15 - July 31	11:00 am - 12:00 pm	215 W. California Ave, Vista
Foothill Oak Elementary	June 15 - July 31	11:30 am - 12:30 pm	1370 Oak Dr, Vista
Luz Duran Park	June 15 - July 31	11:00 am - 12:00 pm	340 E. Townsite Dr, Vista
Temple Heights Elementary	June 8 - July 31	11:00 am - 12:00 pm	1550 Temple Heights Dr, Oceanside
Bobier Elementary	June 9 - July 2	11:30 am - 12:30 pm	220 W. Bobier Dr, Vista
Maryland Elementary	June 15 - July 31	11:30 am - 12:30 pm	700 North Ave, Vista
VIDA/Olive	June 12 - July 31	11:30 am - 12:30 pm	740 Olive Ave, Vista
Vista Adult Transition Center	June 15 - July 17	12:15 pm - 12:45 pm	325 Bobier Dr, Vista
Vista Magnet Middle	June 8 - June 19	12:00 pm - 12:30 pm	151 Civic Center Dr, Vista



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
PB&J Graham Snacker Plate	Yummy Yogurt & Grahams	Super Duper Sub Sandwich	PB&J Power Plate	Tasty Tuna & Crackers



This delicious menu will be offered at the following locations:

Breeze Hill Elementary	June 8 - August 7	11:30 am - 12:00 pm	1111 Melrose Way, Vista
Boys & Girls Club	June 8 - August 7	12:00 pm - 12:30 pm	410 W. California Ave, Vista
Rancho Buena Vista HS	June 8 - Junio 25	10:00 am - 10:30 am	1601 Longhorn Dr, Vista
Karate Fitness Now	June 15 - July 29 (Mon-Wed only)	11:30 am - 12:00 pm	751 Shadowridge Dr, Vista

Child Nutrition - Rules & Regulations under USDA

To qualify as a reimbursable meal, children may select all 5 or as few as 3 of the food components offered and a ½ cup of fruit and/or vegetable.

Components include: 1) fruit, 2) vegetable, 3) milk, 4) grains, and 5) meat/meat alternates. Condiments do not count as a component.

Meals must contain less than 10% calories from saturated fat.



Menu and times subject to change without notice.

Please visit www.WaveCrestCafe.com or call (760) 726-2170 x92400.



The U.S. Department of Agriculture prohibits discrimination against its customers, employees, and applicants for employment on the bases of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, religion, reprisal, and where applicable, political beliefs, marital status, familial or parental status, sexual orientation, or all or part of an individual's income is derived from any public assistance program, or protected genetic information in employment or in any program or activity conducted or funded by the Department. (Not all prohibited bases will apply to all programs and/or employment activities.)

If you wish to file a Civil Rights program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, or at any USDA office, or call (866) 632-9992 to request the form. You may also write a letter containing all of the information requested in the form. Send your completed complaint form or letter to us by mail at U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, by fax (202) 690-7442 or email at program.intake@usda.gov. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339; or (800) 845-6136 (Spanish). "USDA is an equal opportunity provider and employer."

WaveCrest Café Menú de almuerzo verano 2015

Almuerzo gratis durante el verano para todos los niños menores de 18 años!




Comidas orgullosamente preparadas al día por WaveCrest Café.



Disponible de lunes a viernes.

El 3 de julio no se servirán almuerzos.

Todos los alimentos se sirven con fruta, vegetales, y leche.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																																												
Burrito relleno de frijolitos	Corndog	Súper Sándwich	Deliciosa pupusa con frijoles y queso	Pizza de pepperoni																																												
Smucker's Sándwich con crema de cacahuete y jalea	Smucker's Sándwich con crema de cacahuete y jalea	Smucker's Sándwich con crema de cacahuete y jalea	Smucker's Sándwich con crema de cacahuete y jalea	Smucker's Sándwich con crema de cacahuete y jalea																																												
<p><i>Este delicioso menú sera ofrecido en las siguientes direcciones:</i></p>																																																
																																																
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">Alta Vista High School</td> <td style="width: 15%;">junio 8 - 26</td> <td style="width: 15%;">10:00 am - 10:30 am</td> <td style="width: 20%;">1575 Bonair Rd, Vista</td> </tr> <tr> <td>Raymond Murray High</td> <td>junio 8 - 26</td> <td>10:00 am - 10:30 am</td> <td>2115 N. Melrose Dr, Vista</td> </tr> <tr> <td>California Avenue</td> <td>junio 15 - julio 31</td> <td>11:00 am - 12:00 pm</td> <td>215 W. California Ave, Vista</td> </tr> <tr> <td>Foothill Oak Elementary</td> <td>junio 15 - julio 31</td> <td>11:30 am - 12:30 pm</td> <td>1370 Oak Dr, Vista</td> </tr> <tr> <td>Luz Duran Park</td> <td>junio 15 - julio 31</td> <td>11:00 am - 12:00 pm</td> <td>340 E. Townsite Dr, Vista</td> </tr> <tr> <td>Temple Heights Elementary</td> <td>junio 8 - julio 31</td> <td>11:00 am - 12:00 pm</td> <td>1550 Temple Heights Dr, Oceanside</td> </tr> <tr> <td>Bobier Elementary</td> <td>junio 9 - julio 2</td> <td>11:30 am - 12:30 pm</td> <td>220 W. Bobier Dr, Vista</td> </tr> <tr> <td>Maryland Elementary</td> <td>junio 15 - julio 31</td> <td>11:30 am - 12:30 pm</td> <td>700 North Ave, Vista</td> </tr> <tr> <td>VIDA/Olive</td> <td>junio 12 - julio 31</td> <td>11:30 am - 12:30 pm</td> <td>740 Olive Ave, Vista</td> </tr> <tr> <td>Vista Adult Transition Center</td> <td>junio 15 - julio 17</td> <td>12:15 pm - 12:00 pm</td> <td>325 Bobier Dr., Vista</td> </tr> <tr> <td>Vista Magnet Middle</td> <td>junio 8 - junio 19</td> <td>12:00 pm - 12:30 pm</td> <td>151 Civic Center Dr, Vista</td> </tr> </table>					Alta Vista High School	junio 8 - 26	10:00 am - 10:30 am	1575 Bonair Rd, Vista	Raymond Murray High	junio 8 - 26	10:00 am - 10:30 am	2115 N. Melrose Dr, Vista	California Avenue	junio 15 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	215 W. California Ave, Vista	Foothill Oak Elementary	junio 15 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	1370 Oak Dr, Vista	Luz Duran Park	junio 15 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	340 E. Townsite Dr, Vista	Temple Heights Elementary	junio 8 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	1550 Temple Heights Dr, Oceanside	Bobier Elementary	junio 9 - julio 2	11:30 am - 12:30 pm	220 W. Bobier Dr, Vista	Maryland Elementary	junio 15 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	700 North Ave, Vista	VIDA/Olive	junio 12 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	740 Olive Ave, Vista	Vista Adult Transition Center	junio 15 - julio 17	12:15 pm - 12:00 pm	325 Bobier Dr., Vista	Vista Magnet Middle	junio 8 - junio 19	12:00 pm - 12:30 pm	151 Civic Center Dr, Vista
Alta Vista High School	junio 8 - 26	10:00 am - 10:30 am	1575 Bonair Rd, Vista																																													
Raymond Murray High	junio 8 - 26	10:00 am - 10:30 am	2115 N. Melrose Dr, Vista																																													
California Avenue	junio 15 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	215 W. California Ave, Vista																																													
Foothill Oak Elementary	junio 15 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	1370 Oak Dr, Vista																																													
Luz Duran Park	junio 15 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	340 E. Townsite Dr, Vista																																													
Temple Heights Elementary	junio 8 - julio 31	11:00 am - 12:00 pm	1550 Temple Heights Dr, Oceanside																																													
Bobier Elementary	junio 9 - julio 2	11:30 am - 12:30 pm	220 W. Bobier Dr, Vista																																													
Maryland Elementary	junio 15 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	700 North Ave, Vista																																													
VIDA/Olive	junio 12 - julio 31	11:30 am - 12:30 pm	740 Olive Ave, Vista																																													
Vista Adult Transition Center	junio 15 - julio 17	12:15 pm - 12:00 pm	325 Bobier Dr., Vista																																													
Vista Magnet Middle	junio 8 - junio 19	12:00 pm - 12:30 pm	151 Civic Center Dr, Vista																																													



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES																
Galleta rellena de jalea y crema de cacahuete	Sabroso yogur y grahams	Súper Sándwich	El poderoso plato de Smucker's	Galletitas con delicioso atún																
<p><i>Este delicioso menú sera ofrecido en las siguientes direcciones:</i></p>																				
																				
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">Breeze Hill Elementary</td> <td style="width: 15%;">junio 8 - agosto 7</td> <td style="width: 15%;">11:30 am - 12:00 pm</td> <td style="width: 20%;">1111 Melrose Way, Vista</td> </tr> <tr> <td>Boys & Girls Club</td> <td>junio 8 - agosto 7</td> <td>12:00 pm - 12:30 pm</td> <td>410 W. California Ave, Vista</td> </tr> <tr> <td>Rancho Buena Vista HS</td> <td>junio 8 - junio 25</td> <td>10:00 am - 10:30 am</td> <td>1601 Longhorn Dr, Vista</td> </tr> <tr> <td>Karate Fitness Now</td> <td>June 15 - July 29 (lunes-miercoles)</td> <td>11:30 am - 12:00 pm</td> <td>751 Shadowridge Dr, Vista</td> </tr> </table>					Breeze Hill Elementary	junio 8 - agosto 7	11:30 am - 12:00 pm	1111 Melrose Way, Vista	Boys & Girls Club	junio 8 - agosto 7	12:00 pm - 12:30 pm	410 W. California Ave, Vista	Rancho Buena Vista HS	junio 8 - junio 25	10:00 am - 10:30 am	1601 Longhorn Dr, Vista	Karate Fitness Now	June 15 - July 29 (lunes-miercoles)	11:30 am - 12:00 pm	751 Shadowridge Dr, Vista
Breeze Hill Elementary	junio 8 - agosto 7	11:30 am - 12:00 pm	1111 Melrose Way, Vista																	
Boys & Girls Club	junio 8 - agosto 7	12:00 pm - 12:30 pm	410 W. California Ave, Vista																	
Rancho Buena Vista HS	junio 8 - junio 25	10:00 am - 10:30 am	1601 Longhorn Dr, Vista																	
Karate Fitness Now	June 15 - July 29 (lunes-miercoles)	11:30 am - 12:00 pm	751 Shadowridge Dr, Vista																	

Departamento de nutrición - reglas y normas bajo USDA

Para clasificarse como una comida reembolsable, los alumnos pueden seleccionar de un máximo de 5 a un mínimo de 3 componentes que son ofrecidos y de frutas y/o vegetales. Los componentes incluidos son: 1) fruta, 2) vegetales, 3) leche, 4) granos, 5) carne/sustitución de carne. Las comidas deben de contener menos del 10% de calorías de grasa saturada.



Menú y horario sujeto a cambio sin previo aviso.

Preguntas?

Por favor visitar www.WaveCrestCafe.com o teléfono (760) 726-2170 x92495.



El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) prohíbe la discriminación hacia sus clientes, empleados y solicitantes de empleo por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, temor a represalias y, según corresponda, creencia política, estado civil, condición familiar o paternal, orientación sexual, si los ingresos de una persona provienen en su totalidad o en parte de un programa de asistencia pública, o información genética protegida en el empleo o en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el Departamento. (No todos los motivos prohibidos se aplicarán a todos los programas o actividades laborales).

Si desea presentar una queja por discriminación bajo el programa de Derechos Civiles, llene el formulario de quejas por discriminación del programa del USDA que se encuentra en línea en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o en cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puede escribir una carta con toda la información solicitada en el formulario. Envíenos su formulario de queja completo o carta por correo postal a U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax al (202) 690-7442 o por correo electrónico a program.intake@usda.gov. Las personas sordas, con dificultades auditivas o con discapacidad del habla pueden contactar al USDA por medio del servicio federal de retransmisión al (800) 877-8339 o al (800) 845-6136 (en español). El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.