MENU

Menú Escuelas Primarias Primavera

Marzo 4 - Junio 6, 2019

PRECIOS	
Almuerzo	$2.50 / Adultos $3.75
Desayuno	$1.00 / Adultos $2.25
Leche/Jugo	$0.35

Platillos principales: seleccion de una pieza caliente o cereal, ademas de leche, 100% jugo y fruta..

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Benefit bar de desayuno Burrito de salchicha y queso Variedad de cereales Yogur y granola	Pan dulce Sándwich de salchicha y queso Variedad de cereales Parfait de yogur y fruta	Muffin de moras Burrito de huevo y papas Variedad de cereales Yogur y granola	Palitos de pan frances Bagel y queso crema Variedad de cereales Parfait de yogur y fruta	Pan de desayuno Pan tostado estilo pizza Variedad de cereales Yogur y granola
Almuerzo Alamosa Empresa Mission Meadows Temple Heights	WaveCrest Pizza (cheese) Envoltura de pollo a la naranja Plato de hummus y queso	Palomitas de pollo Sándwich de atún Plato de hummus y queso **día de galleta**	Sándwich de puerco con salsa de BBQ Pan con queso Plato de hummus y queso	Tamal de pollo Hamburgesa Plato de hummus y queso	Corndog de pollo Taquitos de carne Plato de hummus y queso
Bobier (CEP)* Foothill Oak (CEP)*	Palomitas de pollo Sándwich de atún Plato de hummus y queso	WaveCrest Pizza (cheese) Envoltura de pollo a la naranja Plato de hummus y queso	Sándwich de puerco con salsa de BBQ Pan con queso Plato de hummus y queso	Tamal de pollo Hamburgesa Plato de hummus y queso	Corndog de pollo Taquitos de carne Plato de hummus y queso **día de galleta**
Breeze Hill Hannalei (CEP)* Lake Monte Vista VAPA (CEP)*	Palomitas de pollo Sándwich de atún Plato de hummus y queso	Sándwich de puerco con salsa de BBQ Pan con queso Plato de hummus y queso	WaveCrest Pizza (cheese) Envoltura de pollo a la naranja Plato de hummus y queso	Tamal de pollo Hamburgesa Plato de hummus y queso	Corndog de pollo Taquitos de carne Plato de hummus y queso **día de galleta**
Beaumont (CEP)*	Palomitas de pollo Sándwich de atún Plato de hummus y queso	Sándwich de puerco con salsa de BBQ Pan con queso Plato de hummus y queso	Tamal de pollo Hamburgesa Plato de hummus y queso	WaveCrest Pizza (cheese) Envoltura de pollo a la naranja Plato de hummus y queso	Corndog de pollo Taquitos de carne Plato de hummus y queso **día de galleta**
Casita Grapevine (CEP)* Maryland (CEP)*	Palomitas de pollo Sándwich de atún Plato de hummus y queso	Sándwich de puerco con salsa de BBQ Pan con queso Plato de hummus y queso	Corndog de pollo Taquitos de carne Plato de hummus y queso **día de galleta**	Tamal de pollo Hamburgesa Plato de hummus y queso	WaveCrest Pizza (cheese) Envoltura de pollo a la naranja Plato de hummus y queso

Todos los alimentos se sirven con fruta, 100% jugo, vegetales, con eleccion de comida y leche.

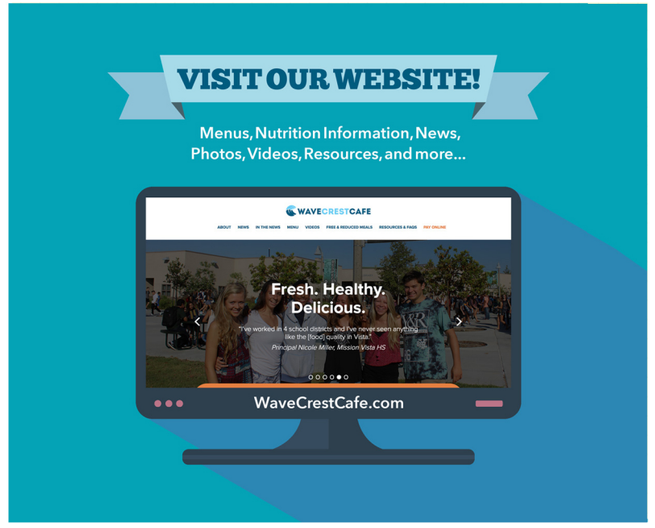
WAVECREST CAFE

OFRECIDO DIARIO!

La Cosecha del Mes

Barra de Ensaladas Frescas VEG

Frutas y verduras frescas que se ofrecen todos los días. La Cosecha del Mes se presenta todos los jueves en la barra de ensaladas.



Esta institución es un empleador con igualdad de oportunidades. El menú está sujeto a cambios.

Fruta fresca de temporada se ofrece cada semana:
Manzanas, fresas, kiwi, naranjas, madarina, fruta seca, y plátanos.

Verduras frescas se ofrece cada semana:
lechuga, zanahorias, tomates, pimientos verdes, jícama, pepino, salsa fresca, frijoles, espinaca, brócoli, apio, chicharos, y maíz.

LA SALUD Y EL EXITO EN EL APRENDIZAJE VAN MANO A MANO

Comer frutas y verduras puede ayudarle a su hijo a crecer, a mantenerse saludable y a tener un mejor desempeño en la escuela. Anime a su hijo a que haga al menos 60 minutos de actividad física todos los días.

ChooseMyPlate.gov
You MUST have a fruit or vegetable.
F V G P D

Department of nutrition: 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, y 5) carne/suplentes de carne. Los condimentos no cuentan como un componente. El almuerzo* escuela primarias *provee* 550-650 *calorías y el desayuno* escuela primas *provee* 350-500 *calorías el cual esta basado en un promedio semanal. Las comidas deben de contener menos del 10% de calorías de grasa saturada.*

VISTA UNIFIED SCHOOL DISTRICT
EXCELLENCE ★ INNOVATION