

# Menú Otoño 2020: Secundarias y Preparatorias Primavera

8 de septiembre – octubre 30, 2020

\*Todos los desayunos son vegetarianos EXCEPTO Salchicha y Queso Burrito

## Semana 1

## Semana 2

	DESAYUNO	ALMUERZO	DESAYUNO	ALMUERZO
LUNES	BARRITA	BLT CON PAVO	WAFFLE	SÁNDWICH ITALIANO
MARTES	PANQUEQUES	SÁNDWICH DE CERDO DESMENUZADO A LA BARBACOA	PAN DULCE	HAMBURGUESA CON QUESO
MIÉRCOLES	PARFAIT CRUJIENTE CON BAYAS	ENSALADA CON CARNITAS	PARFAIT ORCHARD CRUNCH	ENSALADA CÉSAR CON POLLO
JUEVES	QUESADILLA DE QUESO	BURRITO DE FRIJOLES (¡DÍA DE GALLETA!)	BURRITO DE SALCHICHA Y QUESO	Tazón de barbacoa coreano (¡Día de galleta!)
VIERNES	MINI CINNIS	SÁNDWICH DE POLLO (REGULAR O PICANTE)	BAGEL Y QUESO CREMA	PALOMITAS DE POLLO

### Precios de las Comidas

Todas las comidas se ofrecen SIN COSTO a través de Diciembre de 2020 a través de una exención especial por el USDA.

### Hecho de Comida Divertida #2 ¡California tiene alimentos oficiales del estado!

Fruta del Estado: Aguacate



Grano del Estado Arroz



Nuez del Estado Almendra



Verdura del Estado Alcachofa



Fresh Healthy Delicious

PARA INFORMACION, CONTACTE:  
Servicios de Nutrición Infantil  
(760) 726-2170 x 92400  
info@wavecrestcafe.com  
www.WaveCrestCafe.com

 **Frutas frescas de temporada cultivadas en California se ofrece cada semana:** manzanas, uvas, kiwi, peras, naranjas, persimons, mandarinas, fruta seca y plátanos.

 **Verduras frescas que se ofrece cada semana:** lechuga romana, zanahorias, tomates, pimientos, jícama, pepino, salsa fresca, frijoles, espinacas, brócoli, apio y maíz.

 **La salud y el éxito en el aprendizaje van de la mano:** Comer frutas y verduras ayuda a su hijo a crecer, a mantenerse saludable y que le vaya bien en la escuela. Anime a su hijo a realizar 60 minutos de actividad física todos los días.

menú sujeto a cambios

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.

