



Virtual Menú Invierno 2021

4 de enero - 26 de marzo

* Todos los desayunos son vegetarianos EXCEPTO Salchicha y Queso Burrito

precios de las comidas
 Todas las comidas se ofrecen SIN COSTO a través de una exención especial por el USDA. Menú sujeto a cambios.

comidas para adultos
 Desayuno: \$3.00 | Almuerzo: \$4.50 | Leche: \$0.35

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Semana 1 Oct 19; Nov 2; Nov 16; Nov 30; Dec 14							
DESAYUNO	Barra Benefit	Palitos de Tostada Francesca	Muffin de Salchicha y queso	Parfait Crujiente de Bayas	Muffin con Trozos de Chocolate	Cereal Variado	Pan de Plátano con Trozos de Chocolate
ALMUERZO	Pizza WaveCrest de Queso	Tiras de Pollo con Panecillo	Palomitas de Pollo y Papitas	Hamburguesa	Sándwich Tostado de Queso	Salchicha de Pollo Empanizada	Burrito de Frijoles
Semana 2 Oct 26; Nov 9; Nov 23; Dec 7							
DESAYUNO	Waffle	Pan Dulce	Burrito de Salchicha, Huevo y Papa	Parfait Frutal y Crujiente	Bagel y Queso Crema	Pizza en pan Tostado	Cereal Variado
ALMUERZO	Pizza WaveCrest de Pepperoni	Tamal de Queso con chili verde	Pollo Teriyaki y Arroz	Envoltura de Ranch de Pollo	Tazón de Burrito de Frijol y Arroz con Totopos	Tiras de Pescado y Papas Fritas	Sándwich Grande de Mantequilla de Cacahuete y Mermelada

 **Frutas frescas de temporada cultivadas en California se ofrece cada semana:** manzanas, uvas, kiwi, peras, naranjas, persimos, 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.

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



ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.

