

Menù Clàssico Primavera 2021

Vista High School
5 de abril - 18 de junio, 2021

Precios de las Comidas

Todos los comidas se ofrecen SIN COSTO a través de una exención especial por el USDA. Menù sujeto a cambios.

Comidas Para Adultos

Desayuno: \$3.00 | Almuerzo: \$4.50 | Leche: \$0.35

Semana 1 5 y 19 de abril; 3 y 17 de mayo; 1 y 14 de junio

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Avena redonda de chocolate y plátano o cereal variado	Burrito de huevo y papas con queso o bagel y queso crema	Barra Benefit o cereal variado	Mini rollos de canela o parfait crujiente de yogur y bayas	Burrito de chorizo y huevo o cereal variado
ALMUERZO	Tamal	Carne de puerco deshebrada estilo gyro; Día de galleta	Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni	Quesadilla	Pedazos de pollo con totopos o Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni

Semana 2 12 y 26 de abril; 10 y 24 de mayo; 7 de junio

DESAYUNO	Muffin o cereal variado	Pizza en pan tostado o bagel y queso crema	Pan dulce o cereal variado	Panqueques o parfait frutal y crujiente de yogur	Burrito de salchicha y queso o cereal variado
ALMUERZO	Tacos de carnitas	Hamburguesa de queso o vegetariana; Día de galleta	Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni	Sándwich de pollo o sopa ramen de pollo	Pollo a la naranja o Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni

Se ofrece a diario para el almuerzo: Sándwich de mantequilla de cacahuete y mermelada (contiene cacahuetes)

Fun Food Fact #2

California has official state foods!

State Fruit: Avocado



State Grain: Rice



State Nut: Almond



State Vegetable: Artichoke



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, ciruelas, peras, naranjas, persimos, mandarinas, fruta seca y plátanos



verduras frescas que se ofrece puede incluir:
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 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.

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.

