



# Menú escuelas invierno 2021-22

8 de noviembre 2021 - 4 de marzo 2022

Alamosa, Empresa, Mission Meadows, T.H.E. Leadership Academy

**Precios de las Comidas**  
 Todos los 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
<b>Semana 1</b> 11/8; 11/29; 12/13; 1/11; 1/24; 2/7; 2/22					
<b>DESAYUNO</b>	Waffle, Burrito de chorizo con huevo o cereal variado	Barra Benefit, Muffin de salchicha y queso o cereal variado	Pan Dulce, Parfait frutal y crujiente de yogur o cereal variado	Avena redonda de chocolate y plátano, Pizza en pan tostado, o cereal variado	Burrito de salchicha y queso, Bagel y queso crema, o cereal variado
<b>ALMUERZO</b>	Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni o yogur y granola	Burrito de frijoles con queso o yogur y granola	Mini sándwiches de barbacoa al estilo coreano o yogur y granola	Nachos vegetarianos con salsa chili y queso o yogur y granola; Día de galleta	Tacos de pollo o yogur y granola
<b>Semana 2</b> 11/15; 12/6; 12/20; 1/18; 1/31; 2/14; 2/28					
<b>DESAYUNO</b>	Waffle, Burrito de chorizo con huevo o cereal variado	Barra Benefit, Muffin de salchicha y queso o cereal variado	Pan Dulce, Parfait frutal y crujiente de yogur o cereal variado	Avena redonda de chocolate y plátano, Pizza en pan tostado, o cereal variado	Burrito de salchicha y queso, Bagel y queso crema, o cereal variado
<b>ALMUERZO</b>	Pizza WaveCrest de queso y de pepperoni o yogur y granola	Pollo a la naranja y arroz o yogur y granola	Hamburguesa, Hamburguesa con queso, Hamburguesa picante de frijol negro o yogur y granola	Pedazos de pollo o yogur y granola; Día de galleta	Pupusa de frijol con queso o yogur y granola



Escanear el código QR para menús

**OFRENDAS DE PIZZA**

- Siempre: Queso, Pepperoni
- Nov.-Dic.: Hawaiana
- Ene.-Mar.: Combinación

El menú está sujeto a cambios.

 **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.

**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.

