

DESAYUNO DE PRIMARIA: Precio para estudiantes \$1 /Precio reducido para estudiantes \$0.20 /Adultos/visitantes \$2

ALMUERZO DE PRIMARIA: Precio para estudiantes \$2.25 /Precio reducido para estudiantes \$0.40/Adultos/visitantes \$3.50

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				Bollo con pollo 1 Trozos de pollo Barritas de pescado Ensalada mixta Camotes asados de la cosecha de Garden Fresh Frutas mixtas Inchworms
Bollo integral de canela 4 Nachos con Tostitos horneados Sándwich de pollo empanizado Zanahorias Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas Total Body	5 NO HAY CLASE Jog	Bollo de salchicha y queso 6 Pizza de queso o de salchichón Hot dog de pavo Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Postre caliente de durazno Push Ups	Croissant de jamón y queso 7 Pollo a la naranja y Lo Mein Hamburguesa con o sin queso Ensalada mixta Verduras mixtas Fruta fresca surtida Rollito de verdura Locomotor Skills	Kolache de salchicha y queso 8 BBQ de carne de cerdo Macarrones con queso Ensalada de coliflor Brócoli al vapor Trozos de piña fresca Raise the Roof
Bollo integral de canela 11 Nachos con Tostitos horneados Enchiladas de queso Zanahorias Frijoles Pinto sazonados Naranjas mandarinas Create	Tostada francesa 12 Trozos de pollo Hamburguesa con o sin queso Ensalada mixta Maíz en grano Rodajas de manzana fresca The Jumping Leprechaun	Spiced Muffin 13 Pizza de queso o de salchichón Hot dog de pavo Ensalada mixta Habichuelas sazonadas Fruta fresca surtida Tape it Front	Croissant de jamón y queso 14 Pollo Teriyaki y arroz frito Hamburguesa con o sin queso Brócoli fresco Ensalada mixta Uvas frescas Rollito de verdura Rock, Paper, Scissor Tag	Bollo con pollo 15 Barritas de carne Hotdog de pavo Ensalada mixta Puré de papas y salsa cremosa Trozos de piña fresca Bike Ride
Bollo integral de canela 18 Nachos con Tostitos horneados Sándwich de pollo empanizado Zanahorias Frijoles negros sazonados Naranjas mandarinas Jumping Jacks	Mini panqueques 19 Tenders de pollo Barritas de pescado Ensalada mixta Maíz en grano Gajos de naranja Bollo de trigo Walking	Bollo de salchicha y queso 20 Pizza de queso o de salchichón Hamburguesa con o sin queso Ensalada de brócoli Ensalada mixta Fruta fresca surtida Hopscotch	Croissant de jamón y queso 21 Pavo asado Hot dog de pavo Relleno de pan de maíz y salsa cremosa Puré de papas Habichuelas sazonadas Rodajas de manzana fresca Salsa de arándano Muffin de calabaza Play	Kolache de salchicha y queso 22 Barritas de pan rellenas de queso Croissant tostado con queso Ensalada mixta Verduras mixtas Frutas mixtas Run
25 NO HAY CLASE Get Outside and Get Moving!	26 NO HAY CLASE Get Outside and Get Moving!	27 NO HAY CLASE Get Outside and Get Moving!	28 NO HAY CLASE Get Outside and Get Moving!	29 NO HAY CLASE Get Outside and Get Moving!

Un desayuno completo incluye:

- 1 plato principal a elección
- 2 porciones de fruta O 1 porción de fruta y 1 jugo
- Leche (1%) o descremada de chocolate

Disponible a diario para el desayuno

- Yogurt & Rockin' ola granola
- Cereal integral (en algunas escuelas, no está disponible)
- Tazón de frutas mixtas
- Jugo de frutas 100%
- Leche regular de 1% o leche descremada de chocolate

Un almuerzo completo incluye:

- 1 plato principal
- 2 porciones de fruta
- 2 porciones de verduras
- Leche reducida en grasa (1%)

Disponible a diario para el almuerzo

- Comida de humus y pan pita
- Yogur, granola y queso
- Emparedado de pavo y queso o de pavo, jamón y queso
- Tazón de frutas surtidas

Ensaladas frescas a diario

- Lunes: Ensalada de espinaca, huevo y tocino
- Martes: Ensalada del Chef
- Miércoles: Ensalada de arándano manzana
- Jueves: Ensalada de pollo estilo Southwest
- Viernes: Ensalada de pollo mandarín
- Todos los días: Ensalada Caesar con pollo



COSECHA DEL MES

CAMOTES

- Excelente fuente de beta-caroteno, el cual es convertido fácilmente por el cuerpo en vitamina A.
- La vitamina A es importante para tus ojos y para la visión. También ayuda a mantener la piel suave y el cuerpo saludable.
- Buena fuente de potasio lo cual ayuda a mantener una presión arterial normal y riñones sanos.

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, (USDA, por sus siglas en inglés) prohíbe la discriminación contra sus clientes, empleados, y solicitantes de empleo a base de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, repatriación, y según corresponda, convicciones políticas, estado civil, estado familiar o paternal, orientación sexual, o si los ingresos de una persona provienen en su totalidad o en parte de un programa de asistencia pública, o información genética protegida de empleo o de cualquier programa o actividad realizada o financiada por el Departamento. Las personas con discapacidad que necesiten otras vías de comunicación para recibir información acerca del programa (e.g. Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.), deberán contactar a la Agencia (estatal o local) en la cual le correspondan los beneficios. Las personas sordas, con dificultades auditivas, o con discapacidad del habla pueden contactar al USDA a través del Federal Relay Service al (800) 877-8339. Adicionalmente, se podría encontrar información acerca del programa en otros idiomas. Si desea presentar una queja por discriminación del programa de Derechos Civiles, complete el USDA Program Discrimination Complaint Form (formulario de quejas por discriminación del programa del USDA), que puede encontrar en internet en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o en cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puede escribir una carta con toda la información solicitada en el formulario. Envíenos su formulario de queja completo o carta por correo postal a U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, por fax al (202) 690-7442 o por correo electrónico a program.intake@usda.gov. El USDA es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso debido al precio o la disponibilidad de los alimentos