

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10	11	12	13	14
Pasta con Salsa de Mantequilla y Parmesano y Pan con Ajo Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada 100% Fruta	Taco de Carne de Pollo Deshebrado con Totopos Burrito con Frijoles y Queso Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Quesadilla Pollo a la Naranja y Arroz Integral Yogurt y Granola	Espagueti EUSD y Salsa Marinara  con Albóndigas de Pollo Pizza EUSD con Queso Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Hamburguesa de Carne Pollo y Waffles Yogurt y Granola Galletas EUSD de Chispas de Chocolate
17	18	19	20	21
<b>Día Festivo para Celebrar el Onomástico de Martin Luther King Jr.</b>	Sándwich de Pollo Crujiente Macarrón con Queso Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Sándwich de Queso a la Parrilla Desayuno en el Almuerzo Yogurt y Granola	Torre Nacho Fiesta   con Pollo Sazonado Pizza EUSD con Queso Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Hot Dog de Carne de Pastoreo Piezas de Pan con Queso Mozzarella y Salsa Marinara Yogurt y Granola Brownies EUSD de Frijol Negro
24	25	26	27	28
Rollo de Lasaña con Queso Pollo Popcorn Pizza EUSD con Queso Yogurt y Granola Paleta Helada 100% Fruta	Taco Crujiente con Carne de Pastoreo Piezas de Pollo Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Quesadilla Pollo Agridulce con Arroz Integral Yogurt y Granola	Pizza EUSD con Queso Tamal con Pollo y Chile Verde Sándwich de Pavo con Queso Sándwich de Crema de Semilla de Girasol y Pieza de Queso	Hamburguesa de Carne Pollo con Salsa BBQ y Puré de Papas Yogurt y Granola Galletas EUSD de Avena con Chispas de Chocolate
31				

Contiene puerco:   
Sin Gluten   
Vegetariano:   
Receta casera a diario:

Niños Comen **GRATIS** para estudiantes de EUSD

**Kids Eat Free**

**Barra de Ensalada a Diario: ¡Fresca, de Temporada y de California!**  
¡La Barra de Ensalada a Diario son parte de cada almuerzo escolar, incluyen lechuga y vegetales orgánicos de temporada cosechados en el huerto EUSD Farm!

**Lunes:** Bananas Petite  
**Martes:** Súper rebanadas de Manzana y Jícama  
**Miércoles:** Mandarinas Halo Cosechadas en California  
**Jueves:** Kiwis de oro cultivados en California y EUSD Farm Lab Remolacha  
**Viernes:** Naranjas Valencia de California  
Se ofrecen varios aderezos a diario incluyendo opción de temporada

- Para los pagos en línea, Menús escolares e informes de nutrición visite nuestra nueva aplicación del menú móvil: [www.sphoolcafe.com](http://www.sphoolcafe.com).  
El almuerzo incluye: Plato principal, leche de recursos locales, frutas y vegetales diversos y artículos de guarnición  
**Alergias a los alimentos:**

- La mayoría de los platillos son **sin gluten**, pero no el pan, panecillos y tortilla, etc. Si se solicitan, contamos con tortillas de maíz. Servimos alimentos sin gluten, pero las instalaciones no están libres de gluten.
- Alimentos pueden ser procesados en instalaciones que también se procesan **nueces/cacahuates** y otros alérgenos.
- Si su hijo requiere adaptaciones especiales de alimentación, por favor llene el formulario de Alimentos Especiales en el Sitio Child Nutrition y entréguelo a la enfermera de la escuela: <http://www.eusd.net/child-nutrition-services/student-menus-nutrition-and-allergen-information/>

\*\*Los menús son sujetos a cambios sin notificación. Esta institución proporciona oportunidades equitativas.

**Desayuno: Se sirve a diario en OK y PEC**  
El desayuno se sirve antes de clases  
**Menú:**  
-Waffle de Maple Belga  
-Yogurt y Granola   
- Cereales WG -Varios  
- Bagel y Queso crema  
-Muffins/Panecillo Integral  
-Pieza de Queso  
- Mini Pancaques de Maple  
Incluye una opción de leche, jugo de fruta 100%

