

Lunes Sin carne	Martes de taco	Miércoles loco	Jueves de California	Viernes de favoritos
	<p>Contiene puerco 🐷 Libre de gluten: Ⓜ️ Vegetariano: ✓ Hecho diario desde cero: 🥛</p>	1	2	3
		<p>Quesadilla de queso 🥛✓ Pollo y Waffles Yogurt &amp; Granola ✓Ⓜ️</p>	<p>Poderoso sub sándwich de albóndigas y pollo con marinara EUSD 🥛 Pizza de queso EUSD ✓🥛 Pizza de Pepperoni EUSD 🥛🐷 Barrita Benefit y barrita de queso ✓</p>	<p>Hamburguesa de res alimentada con pasto Hamburguesa de res (alimentada con pasto) y queso Macarrones con queso ✓🥛 Yogurt y granola ✓ Galleta Snickerdoodle ✓🥛</p>
6	7	8	9	10
<p>Palitos de pan rellenos de Mozzarella y marinara 🥛✓ Pizza de queso EUSD 🥛✓ Pizza de piña EUSD 🥛✓ Yogurt y granola ✓Ⓜ️</p>	<p>Sándwich de pollo crujiente Tamal de queso y Tortilla chips ✓Ⓜ️ Boar's Head Hummus y pretzels Ⓜ️ Barra de granola y barrita de queso ✓</p>	<p>Sándwich de queso fundido 🥛✓ Pollo a la naranja con arroz integral Yogurt y granola ✓Ⓜ️ Galleta de la fortuna ✓</p>	<p>Torre de Nachos Fiesta ✓ con carne alimentada con pasto 🥛Ⓜ️ Pizza de queso EUSD 🥛✓ Pizza de salchicha EUSD 🥛🐷 Barrita Benefit y barrita de queso ✓</p>	<p><b>Día de los Veteranos</b></p>
13	14	15	16	
<p>Pasta con salsa de parmesano y mantequilla, y pan de ajo 🥛 Pizza de queso EUSD 🥛✓ EUSD Margarita Pizza 🥛✓ Yogurt y granola ✓Ⓜ️</p>	<p>Taco crujiente de carne orgánica alimentada con pasto 🥛 Tiras de pollo Hamburguesa imposible (proteína vegetal) ✓ Boar's Head Hummus y pretzels Ⓜ️ Barra de granola y barrita de queso ✓</p>	<p>Quesadilla de queso 🥛✓ Macarrones con queso ✓🥛 Yogurt y granola ✓Ⓜ️</p>	<p>Albóndigas de pollo Teriyaki sobre arroz Jasmine Ⓜ️ Pizza de queso EUSD ✓🥛 Pizza de Pepperoni EUSD 🥛🐷 Barrita Benefit y barrita de queso ✓</p>	<p>Hotdog de carne alimentada con pasto Pretzels suaves con salsa de queso Yogurt y granola ✓Ⓜ️ Galleta de azúcar ✓🥛</p>
<b>Descanso de Día de Gracias (Nov. 20-24)</b>				
27	28	29	30	<p><b>Los alimentos son GRATIS para todos los estudiantes de EUSD Adultos y visitantes:</b> \$6.00 almuerzo \$4.00 desayuno</p>
<p>Espagueti con salsa marinara EUSD y pan de ajo 🥛 Pizza de queso EUSD 🥛✓ Pizza de piña EUSD 🥛✓ Yogurt y granola ✓Ⓜ️ Paleta de hielo de fruta natural ✓Ⓜ️</p>	<p>Taco de pescado Baja con Tortilla Chips Sándwich de pollo crujiente Boar's Head Hummus y pretzels Ⓜ️, Barra de granola y barrita de queso ✓</p>	<p>Quesadilla de queso 🥛✓ Pollo y Waffles Yogurt y granola ✓Ⓜ️</p>	<p>Sub sándwich de pavo rostizado Boar's Head 🥛 Pizza de queso EUSD 🥛✓ Pizza de salchicha EUSD 🥛🐷 Barrita Benefit y barrita de queso ✓</p>	

**Barra de Ensaladas diaria:**  
¡Fresca, de la temporada, cultivada en California!  
La barra de ensaladas ilimitada es parte de cada almuerzo escolar, con lechuga orgánica y vegetales de la estación cultivados en EUSD Farm Lab!  
**Lunes:** Peras, manzanas, y apio de California  
**Martes:** Manzanas y jícamas en rebanadas  
**Miércoles:** Persimos Fallbrook localmente cultivados.  
**Jueves:** Pepinos y melón  
**Viernes:** Rodajas de naranja valencia de California  
Varios aderezos se ofrecen diariamente, incluyendo una opción libre de gluten Ⓜ️

**Menú de desayuno**  
El desayuno se sirve diariamente antes de las clases. Pregunte en el horario en su escuela. El desayuno incluye la elección de un plato principal, fruta, yogurt, leche, y barrita de queso.  
**Lunes:**  
Pan de banana y Cereales surtidos  
**Martes:**  
Mini waffles belgas y Cereales surtidos  
**Miércoles:**  
Panquecito de arándanos casero y Barra Benefit de avena  
**Jueves:**  
Mini Panqueques y Cereales surtidos  
**Viernes:**  
Mini pan tostado francés y Pan scone de banana y chispas de chocolate

**Información acerca de los alimentos escolares**  
Para ver los menús escolares, los datos nutricionales y la información del programa de alimentos, visite nuestro sitio web de Servicios de Nutrición Infantil de EUSD para obtener más detalles (<https://www.eusd.net/departments/child-nutrition-services>) o descargue nuestra aplicación de Mobile Menu en [www.schoolcafe.com](http://www.schoolcafe.com).  
El almuerzo incluye un plato principal, barra de ensaladas ilimitada (llena de frutas y verduras locales y orgánicas), leche de origen local, y cualquier acompañamiento. No se necesita papeleo para recibir los alimentos gratis. Para recibir el almuerzo, los estudiantes escanearán su tarjeta de almuerzo o ingresarán su número pin de cuatro dígitos cuando vayan a la línea del almuerzo (estos fueron dados al inicio del año escolar). Si tienen alguna pregunta, por favor envíen un correo electrónico a Lea Bonelli, Directora de Servicios de Nutrición Infantil: [lea.bonelli@eusd.net](mailto:lea.bonelli@eusd.net).  
Alergias alimenticias:  
• Alergias alimenticias: Durante toda la semana se ofrece una variedad de platos principales sin gluten (GF) y vegetarianos. Algunos platillos GF son sin el pan, tortilla, etc. Las tortillas de maíz están disponibles si se piden.  
• Servimos platillos GF, pero nuestras cocinas no son instalaciones GF.  
• No servimos ningún plato principal que contenga mani o nueces; sin embargo, no se nos considera una Instalación certificada libre de nueces u otros alérgenos. algunos alimentos pueden ser procesados en instalaciones con nueces u otros alérgenos.  
• Si su estudiante necesita modificaciones especiales en sus alimentos, por favor llene el formulario de petición de alimentos especiales (se encuentra en la sección de alergias de la página web de CNS) y entréguelo a la enfermera de la escuela. Los formularios los debe firmar un profesional médico.  
  
\*\*Los menús pueden cambiar sin previo aviso\*\*  
Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.