

Lunes sin carne	Martes de taco	Miércoles loco	Jueves de California	Viernes de favoritos
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 25%;"> <p>Los alimentos son GRATIS para todos los estudiantes de EUSD Adultos y visitantes: Almuerzo \$6.00 Desayuno \$4.00</p> </div> <div style="text-align: center;"> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p>Contiene puerco: Vegetariano: </p> <p>Sin gluten: Hecho desde cero: </p> </div> </div>				1
				<p>Hotdog de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Pretzeles suaves con salsa de queso </p> <p>Yogur y granola </p> <p>Galleta de avena y pasas recién horneada </p>
4	5	6	7	8
<p>Pasta con salsa de parmesano y mantequilla y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de Piña EUSD </p> <p>Yogur y granola </p>	<p>Nuggets de pollo (proteína vegetal) y papas fritas hechas en el horno </p> <p>Sándwich de pollo crujiente</p> <p>Boar's Head Hummus y Pretzeles </p> <p>Barra de granola y barrita de queso </p>	<p>Macarrones con queso hechos en casa con trozos de pollo</p> <p>Corndog de pollo (sin nitratos)</p> <p>Yogur y granola </p>	<p>Wrap de pollo a la César (pollo orgánico, parmesano, lechuga orgánica y crotones) </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de Pepperoni EUSD </p> <p>Barrita de avena Benefit y barrita de queso </p>	<p>Brunch para el almuerzo (Tostado Francés con salchicha de puerco alimentada con pasto) </p> <p>Palitos de pan rellenos de queso mozzarella y salsa marinara </p> <p>Yogur y granola </p> <p>Galleta de chispas de chocolate recién horneada </p>
11	12	13	14	15
Día de los Veteranos	<p>Burrito de frijoles y queso hecho en casa </p> <p>Tiras de pollo empanizado</p> <p>Boar's Head Hummus y Pretzeles </p> <p>Barra de granola y barrita de queso </p>	<p>Quesadilla de queso </p> <p>Pollo y Waffles</p> <p>Yogur y granola </p>	<p>Pierna de pollo empanizada con rodajas de papa y bollo Hawaiano</p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pollo BBQ EUSD </p> <p>Barrita de avena Benefit y barrita de queso </p>	<p>Hamburguesa de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Hamburguesa de carne de res (alimentada con pasto) y queso</p> <p>Macarrones con queso hechos en casa Yogur y granola </p> <p>Galleta Snickerdoodle recién horneada </p>
18	19	20	21	22
<p>Espagueti con salsa marinara EUSD y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza margarita EUSD </p> <p>Yogur y granola </p> <p>Paleta de hielo de fruta natural </p>	<p>Taco crujiente de carne orgánica de res alimentada con pasto </p> <p>Sándwich de pollo crujiente</p> <p>Hamburguesa Imposible (proteína vegetal) </p> <p>Boar's Head Hummus y Pretzeles </p> <p>Barra de granola y barrita de queso </p>	<p>Sándwich de queso fundido </p> <p>Pollo a la naranja con arroz integral</p> <p>Yogur y granola </p> <p>Galleta de la fortuna </p>	<p>Nachos Fiesta con carne de res orgánica alimentada con pasto </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de salchicha y pepperoni EUSD </p> <p>Barrita de avena Benefit, barrita de queso y batido de frutas </p>	<p>Pavo orgánico asado, salsa gravy, puré de papas, salsa de arándanos y pan hawaiano </p> <p>Corndog de pollo (sin nitratos)</p> <p>Yogur y granola </p> <p>Galleta de calabaza recién horneada </p>
<p>Descanso de Día de Gracias Noviembre 25-29</p>				

Barra de Ensaladas diaria:
¡Frescas, de la Estación, cultivadas 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: Manzanas y jícama cultivadas localmente

martes: Persimos y apio orgánico Fallbrook

miércoles: Trozos de mango y pepinos persas cultivados localmente en granjas Dassi

jueves: Platanitos

viernes: Rodajas de naranjas cultivadas localmente

Varios aderezos se sirven diariamente, incluyendo una opción libre de gluten

Menú de desayuno

El desayuno se sirve diariamente antes de las clases. El desayuno incluye la elección de un plato principal, fruta, yogur, batido, leche, y barrita de queso.

lunes: Pan de plátano y cereales surtidos

martes: Wafle belga con maple y cereales surtidos

miércoles: Pan scone de chispas de chocolate recién horneados y cereales surtidos

jueves: Trocitos de pancakes y cereales surtidos

viernes: Mini muffins de bizcocho con chispas y palitos de pan francés de Hidden Foods

Información 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.

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 necesitan llenar formularios para recibir los alimentos gratis en la escuela. Para recibir el almuerzo, los estudiantes pueden ya sea escanear su tarjeta del almuerzo o teclear su pin de cuatro dígitos cuando vayan a la línea del almuerzo (la tarjeta y el pin se les dan al principio del año escolar). Si ustedes tienen alguna pregunta o preocupación, por favor envíen un correo electrónico a Lea Bonelli, Directora de Servicios de Nutrición Infantil: lea.bonelli@eusd.net.

Alergias alimenticias:

- Durante toda la semana se ofrece una variedad de platos principales sin gluten (GF) y vegetarianos. Algunos platillos GF lo 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.
- Opciones del menú con proteína vegetal están disponibles diariamente si se solicitan (Hummus y pretzeles, sándwiches de mantequilla de semillas de girasol, aderezo balsámico).
- No servimos ningún plato principal que contenga maní o nueces; sin embargo, no se nos considera una instalación libre de nueces. Algunos alimentos pueden haber sido procesados en instalaciones que procesan nueces, maní u otros alérgenos.
- Si su estudiante necesita acomodaciones de alimentos especiales, por favor llene el formulario de petición para alimentos especiales (Special Meals Form, que se encuentra en la sección de alergias de la página web de CNS) y entréguelo a la enfermera de su escuela. Los formularios para acomodaciones deben haberse firmado por un profesional médico.

Los menús pueden cambiar sin previo aviso Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

CONOCE A NUESTROS PROVEEDORES CONOCE NUESTROS PRODUCTOS

CREAM CO. MEATS



Cream Co. Trabaja con más de 20 granjas familiares sostenibles, regenerativas, y orgánicas del norte de California. Nuestra res, cerdo, y pollo provienen de una variedad de granjas incluyendo Mary's Chicken y Beeler's Pork.

EUSD FARM LAB

Nuestro Farm Lab de EUSD certificado como orgánico, provee de productos de la estación para nuestra barra de ensaladas de cada escuela. Esto incluye productos orgánicos como lechuga, zanahorias, pepinos, tomates, maíz, betabeles, etc. Eso sin mencionar todos los tomates usados en las salsas para nuestras pizzas hechas a mano y en las salsas para nuestras pastas.

DICKINSON FAMILY FARMS

Con base en Fallbrook, las Granjas de la Familia Dickinson proveen de productos orgánicos locales de la estación para nuestras escuelas, incluyendo frutas como dragonfruit (pitahayas dragón), finger limes (limas), naranjas, manzanas, aguacates, etc.

HIDDEN FOODS

Iniciada en Encinitas por una madre de familia de EUSD, Hidden Foods (alimentos escondidos) empaca nutrición y frutas y vegetales "escondidos" dentro de sus deliciosos panecillos para el desayuno que se sirven a nuestros estudiantes.

LOPES FAMILY FARMS RICE



Esta granja familiar orgánica de Princeton, California utiliza una antigua técnica China de cultivo del arroz que incorpora patos en el cultivo del arroz integral. Los patos se comen a las hierbas y los insectos al mismo tiempo que enriquecen el suelo con nitrógeno y materia orgánica. Su arroz orgánico se encuentra en una variedad de platillos de EUSD.

BOAR'S HEAD



Carnes frías y quesos de alta calidad, libres de conservadores y de nitratos, mientras que también utilizan proteínas musculares enteras. Su pavo y sus quesos se encuentran en nuestros sándwiches de carnes frías, quesos fundidos, quesadillas, y en nuestra barra de ensaladas.

GIUSTO'S ORGANIC FLOUR



Con base en San Francisco, la harina orgánica de alta calidad (de trigo y de todo uso) es usada en nuestra masa para pizzas, y en nuestros frescos productos horneados.

DASSI FAMILY FARM



Con base en Leucadia y San Marcos, la granja familiar Dassi es un invernadero local y sostenible que provee deliciosos tomates y pepinos de la estación para nuestras barras de ensaladas.