



## MENÚ SIN ALÉRGENOS - DICIEMBRE/ENERO 2024

**Precios de las comidas 2024-2025:**

Desayuno pagado de escuela primaria: \$1.00 // Almuerzo pagado de escuela primaria : \$2.25  
 Desayuno pagado de escuela secundaria: \$1.25 // Almuerzo pagado de escuela secundaria : \$2.50

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>2</b> <b>Nachos con carne con <i>Tostitos</i> horneados</b> Frijoles pintos Zanahorias pequeñas Rodajas de durazno Leche o leche de soya	<b>3</b> <b>Tazón de pollo a la naranja</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>4</b> <b>Pasta de garbanzo</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>5</b> <b>Hamburguesa en pan sin gluten</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Uvas Leche o leche de soya	<b>6</b> <b>Tazón de pollo</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Rodajas de manzana Leche o leche de soya
<b>9</b> <b><i>Frito Pie</i></b> Maíz en grano Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>10</b> <b>Tazón de pollo a la BBQ</b> Habichuelas verdes Ensalada mixta con vinagreta Gajos de naranja Leche o leche de soya	<b>11</b> <b>Tazón de frijoles negros con arroz y <i>Tostitos</i> horneados</b> Zanahorias pequeñas Maíz en grano Trozos de piña fresca Leche o leche de soya	<b>12</b> <b><i>Hot dog</i> en pan sin gluten</b> Verduras mixtas Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>13</b> <b><i>Tenders</i> de pollo</b> Habichuelas verdes Rodajas de manzana Leche o leche de soya
<b>16</b> <b>Nachos con carne con <i>Tostitos</i> horneados</b> Frijoles pintos Zanahorias pequeñas Rodajas de durazno Leche o leche de soya	<b>17</b> <b>Tazón de pollo a la naranja</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>18</b> <b>Pasta de garbanzo</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>19</b> <b>Comida de Navidad</b> Habichuelas verdes Rodajas de durazno Ensalada mixta con vinagreta Leche o leche de soya	<b>20</b> <b>Tazón de pollo</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Rodajas de manzana Leche o leche de soya
<b>23</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>24</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>25</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>26</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>27</b> <b>NO HAY CLASE</b>
<b>30</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>31</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>1</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>2</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>3</b> <b>NO HAY CLASE</b>
<b>6</b> <b>NO HAY CLASE</b>	<b>7</b> <b>Tazón de pollo a la BBQ</b> Habichuelas verdes Ensalada mixta con vinagreta Gajos de naranja Leche o leche de soya	<b>8</b> <b>Tazón de frijoles negros con arroz y <i>Tostitos</i> horneados</b> Zanahorias pequeñas Maíz en grano Trozos de piña fresca Leche o leche de soya	<b>9</b> <b><i>Hot dog</i> en pan sin gluten</b> Verduras mixtas Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>10</b> <b><i>Tenders</i> de pollo</b> Habichuelas verdes Rodajas de manzana Leche o leche de soya

<b>13</b> <b>Nachos con carne con <i>Tostitos</i> horneados</b> Frijoles pintos Zanahorias pequeñas Rodajas de durazno Leche o leche de soya	<b>14</b> <b>Tazón de pollo a la naranja</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>15</b> <b>Pasta de garbanzo</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>16</b> <b>Hamburguesa en pan sin gluten</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Uvas Leche o leche de soya	<b>17</b> <b>Tazón de pollo</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Rodajas de manzana Leche o leche de soya
<b>20</b>  <b>NO HAY CLASE</b>	<b>21</b> <b>Tazón de pollo a la BBQ</b> Habichuelas verdes Ensalada mixta con vinagreta Gajos de naranja Leche o leche de soya	<b>22</b> <b>Tazón de frijoles negros con arroz y <i>Tostitos</i> horneados</b> Zanahorias pequeñas Maíz en grano Trozos de piña fresca Leche o leche de soya	<b>23</b> <b><i>Hot dog</i> en pan sin gluten</b> Verduras mixtas Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>24</b> <b><i>Tenders</i> de pollo</b> Habichuelas verdes Rodajas de manzana Leche o leche de soya
<b>27</b> <b>Nachos con carne con <i>Tostitos</i> horneados</b> Frijoles pintos Zanahorias pequeñas Rodajas de durazno Leche o leche de soya	<b>28</b> <b>Tazón de pollo a la naranja</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>29</b> <b>Pasta de garbanzo</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Compota de manzana individual Leche o leche de soya	<b>30</b> <b>Hamburguesa en pan sin gluten</b> Habichuelas verdes Zanahorias pequeñas Uvas Leche o leche de soya	<b>31</b> <b>Tazón de pollo</b> Verduras mixtas Ensalada mixta con vinagreta Rodajas de manzana Leche o leche de soya

**Desayuno estándar sin alérgenos: 2 cereales Rice Chex servidos con fruta o jugo y leche cuando sea apropiado.**

\*Se tiene el propósito de servir alimentos libres de gluten, leche, huevo, nueces, soya, trigo, pescado, mariscos y sésamo\* Estos alimentos solo se proporcionarán cuando un estudiante tenga en su registro un formulario de Modificación de la dieta del estudiante (Student Diet Modification form) firmado por un médico colegiado. Se proporcionará leche dependiendo de la alergia. El Departamento de Servicios de Alimentación del Distrito Escolar Independiente de Cypress Fairbanks hará su mayor esfuerzo prestando suma atención durante los procesos de compra, recepción, preparación y manejo de los alimentos. No podemos garantizar que todas las comidas estén completamente libres de cualquier traza de alérgenos. No disponemos de cocinas separadas para preparar alimentos sin alérgenos, sin embargo, hacemos todo el esfuerzo para lavar y desinfectar por completo los equipos y las áreas de preparación. Además, las compañías podrían cambiar las fórmulas de artículos sin avisarnos oportunamente. Es responsabilidad del padre/tutor legal en conjunto con su médico determinar si nuestras comidas sin alérgenos son una opción segura para su hijo. La lista de ingredientes y las etiquetas de los alimentos están disponibles bajo solicitud. Si tiene alguna inquietud sobre la sensibilidad de la alergia alimentaria de su hijo, contacte al Departamento de Servicios de Alimentación al 281-897-4545.\*

**Menús sujetos a cambios sin previo aviso debido al precio y disponibilidad de la comida\***

De acuerdo con la ley de derechos civiles federales y las políticas y regulaciones del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, (USDA, por sus siglas en inglés), la USDA, sus agencias, departamentos, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA tienen prohibida la discriminación con base en raza, color, origen nacional, sexo, religión, discapacidad, edad, convicciones políticas, represalias o venganzas por actividades previa relacionada a los derechos civiles en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el Departamento. Las personas con discapacidades que necesiten otros medios de comunicación para recibir información sobre el programa (por ejemplo, Braille, impresiones más grandes, cinta de audio, lengua de signos americana, etc.), deben contactar a la agencia local o estatal que administra el programa o a un Centro TARGET USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o contactar al USDA por medio del Federal Relay Service (Servicio federal de transmisión) al (800) 877-8339. Además, puede haber disponibilidad de la información del programa en otros idiomas.

Si desea presentar una queja por discriminación, complete el USDA Program Discrimination Complaint Form (formulario de quejas por discriminación del programa del USDA), AD-3027, que puede encontrar en línea en: <https://www.usda.gov/oascr/how-to-file-a-program-discrimination-complaint> o en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta al USDA con toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de quejas llame al (866) 632-9992. Envíenos su formulario de queja completo o carta por correo postal a Texas Department of Agriculture | Food and Nutrition Division Section 3, Civil Rights & Confidentiality | Enero 4, 2022 | Págs. 9 a 20

U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 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](mailto:program.intake@usda.gov). Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.