



## Menús de las Escuelas Medias del Condado de Orange para Abril 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>Los menús están sujetos a cambios.</b></p> <p><b>Precios de las Comidas</b> Desayuno: \$1.75 Almuerzo: \$3.25 Adultos: Precios A la carta</p>	<p><b>1 de Abril</b></p> <p>No hay escuela Vacaciones de Primavera</p>	<p><b>2 de Abril</b></p> <p>No hay escuela Vacaciones de Primavera</p>	<p><b>3 de Abril</b></p> <p>No hay escuela Vacaciones de Primavera</p>	<p><b>4 de Abril</b></p> <p>No hay escuela Vacaciones de Primavera</p>
<p><b>7 de Abril</b></p> <p>No hay escuela Día de trabajo de los Maestros</p>	<p><b>8 de Abril</b></p> <p>Croissant de Tocino, Huevo y queso o Alitas de Pollo con pan o Hamburguesa con Gravy y pan Puré de papas Chícharos Fruta a elegir</p>	<p><b>9 de Abril</b></p> <p>Dona o Pollo a la Naranja con Arroz o Pizza variada Brócoli Zanahorias Fruta a elegir</p>	<p><b>10 de Abril</b></p> <p>Huevos, Salchicha y Tostada o Papas al Horno con Pan o Ensalada del Chef con Galletas Ensalada Verde Sopa de Tomate Fruta a elegir</p>	<p><b>11 de Abril</b></p> <p>Cinnamon Bun o Pizza Variada Maiz Vegetal a elegir Fruta a elegir</p>
<p><b>14 de Abril</b></p> <p>Biscuit de Salchicha o Croissant caliente de Jamón &amp; Queso o Sandwich de Pollo Maiz con Mantequilla Collard Greens Fruta a elegir</p>	<p><b>15 de Abril</b></p> <p>Bagel de Fresa o Nachos con Pollo o Nachos de Cerdo BBQ Salsa Frijoles Negros Fiesta Fruta a elegir</p>	<p><b>16 de Abril</b></p> <p>Croissant de Jamón &amp; Queso o Yogurt Parfait con Granola o Pizza variada Ensalada Verde Zanahorias Fruta a elegir</p>	<p><b>17 de Abril</b></p> <p>Pizza de Desayuno o Hot Dog con Chili o Hamburguesa con Queso Cole Slaw Frijoles al horno Fruta a elegir</p>	<p><b>18 de Abril</b></p> <p>No hay escuela</p>
<p><b>21 de Abril</b></p> <p>Sandwich de Pollo Maple o Pollo Rostizado con Arroz o Trocitos de ResTeriyaki con Arroz Vegetales Mixtos Frijoles Pintos Fruta a elegir</p>	<p><b>22 de Abril</b></p> <p>Muffin de Desayuno o Nachos con Carne o Macaroni &amp; Cheese con palitos de Pan Frijolitos Verdes Camote Fruta a elegir</p>	<p><b>23 de Abril</b></p> <p>Biscuit de Pollo o Bento Box o Pizza variada Brócoli Zanahorias Fruta a elegir</p>	<p><b>24 de Abril</b></p> <p>Yogurt Parfait o Cerdo BBQ con Hushpuppies o Corn Dog Frijoles al horno Papas al horno Fruta a elegir</p>	<p><b>25 de Abril</b></p> <p>Menú a elección del Manager o Pizza Variada Rodajas de Pepino con aderezo Vegetal a elegir Fruta a elegir</p>
<p><b>28 de Abril</b></p> <p>Panqueques o Barritas de Pizza con Salsa Marinara o Nuggets de Pescado con Hushpuppies Frijolitos Verdes Frijoles Pintos Picantes Fruta a elegir</p>	<p><b>29 de Abril</b></p> <p>Croissant de Tocino, Huevo y Queso o Alitas de Pollo con Pan o Hamburguesa con Gravy &amp; Pan Puré de Papas Chícharos Fruta a elegir</p>	<p><b>30 de Abril</b></p> <p>Dona o Pollo a la Naranja con Arroz o Pizza variada Brócoli Zanahorias Fruta a elegir</p>	<p><b>Las Opciones de Desayuno Alternativo Diario incluyen:</b> Cereal con Graham Crackers Opciones Variadas para llevar</p>	<p>El desayuno incluye 100% Jugo de fruta y Fruta a elegir. Desayuno y Almuerzo incluyen opción de leche descremada con chocolate o leche al 1%</p>

## Dato Nutricional

### Cada joven sano

¿Sabías que del 21 al 25 de abril se celebra la Semana Every Kid Healthy? La Semana Every Kid Healthy™ es una celebración anual de la salud y el bienestar escolar. Tiene lugar durante la última semana de abril y cada día pone de

relieve las medidas que adoptan los centros escolares y las familias para mejorar la salud y el bienestar de sus niños y adolescentes.

La nutrición, la actividad física y la salud mental influyen en el aprendizaje. Es importante comer alimentos y meriendas nutritivas, dormir lo suficiente, tener un sistema de apoyo y estrategias saludables para manejar el estrés, y moverse más caminando, montando en bicicleta, bailando, practicando deportes u otras actividades que te gusten. ¡Los jóvenes sanos están mejor preparados para aprender y triunfar!

Todo el mundo puede hacer algo durante la Semana Every Kid Healthy™ y a lo largo de todo el año. **Nutrilink:** Más información y recursos en [actionforhealthykids.org](https://www.actionforhealthykids.org).

- Prepara y elige alimentos y bebidas nutritivos.
- Muévete más para estar en forma.
- Sé amable contigo mismo y con los demás.
- Sirve de modelo de salud y bienestar.
- Infórmate sobre la política local de bienestar de tu distrito escolar y busca formas de participar.
- Promueve y apoya el bienestar en tu escuela, familia y comunidad.