



Menús de Primaria de las Escuelas del Condado de Orange para mayo de 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Menús sujetos a cambios. Precios de Comidas Desayuno: Gratis Almuerzo: 2,75 Adultos: Precio a la carta	Las Opciones Diarias Alternativas de Platos Principales para el Desayuno incluyen: Cereales con galletas Graham Opciones variadas para llevar	El desayuno incluye Jugo 100% de Fruta y Fruta a Elección, El desayuno y el almuerzo incluyen leche de chocolate descremada o leche al 1% a elegir.	Mayo 1 Huevos Revueltos c/Tostada Pasta con Salsa de Carne y Palitos de Pano Plato Principal a Elección del Encargado Brócoli Verduras Mixtas Fruta a Elegir	Mayo 2 Entrante a Elección del Encargado Surtido de Pizza Maíz con Mantequilla Verduras a Elegir Fruta a Elegir
Mayo 5 Biscuit de Salchicha Palitos de Pizza con Salsa Marinara Nuggets de Pescado Verduras Sazonadas Tater Tots («papas fritas») Fruta a Elegir	Mayo 6 Rebanada de Pan Dulce Nachos de Carne o Nachos de Pollo Frijoles Negros Salsa Fruta a Elegir	Mayo 7 Parfait Yogur Sándwich de Queso Tostado o Sándwich de Queso Tostado con Tocino o Sub de Albóndigas Ejotes Papas al Horno Fruta a Elegir	Mayo 8 Mini Panqueques Pollo Alfredo con Palitos de Pan o Sándwich Deli Sub Ensalada de la Huerta Zanahorias Fruta a Elegir	Mayo 9 Entrante a Elección del Encargado Surtido de Pizza Maíz con Mantequilla Verduras a Elegir Fruta a Elegir
Mayo 12 Panqueque en un Palo Pan Francés al Ajo o Wrap de Pavo Brócoli Caja de Jugo 100% Vegetal Fruta a Elegir	Mayo 13 Barra de Panecillo de Fresa Quesadilla de Pollo o Nachos BBQ de cerdo Frijoles Pintos Salsa Fruta a Elegir	Mayo 14 Pizza de Desayuno Salchichas en Pan o Hamburguesa con Queso Ensalada de Col Frijoles Horneados Fruta a Elegir	Mayo 15 Mini Waffles Muslo de Pollo con Pan o Bistec de Carne con Salsa y Pan Puré de Papas Mezcla de Verduras Fruta a Elegir	Mayo 16 Entrante a Elección del Encargado Surtido de Pizza Maíz con Mantequilla Verduras a Elegir Fruta a Elegir
Mayo 19 Entrante a elección del Encargado BBQ de Cerdo con Pan o Nuggets de Pollo con Pan Papas Horneadas Col Fruta a Elegir	Mayo 20 Sándwich de Pollo y Waffle Taco Blando de Carne o Taco Blando de Pollo Frijoles Pintos Salsa Fruta a Elegir	Mayo 21 Donut Corn Dog o Sandwich de Pollo Papas de Camote Fritas Ejotes Fruta a Elegir	Mayo 22 Huevos Revueltos c/Tostada Pasta con Salsa de Carne y Palitos de Pan o Plato Principal a Elección del Encargado Brócoli Verduras Mixtas Fruta a Elegir	Mayo 23 Entrante a Elección del Encargado Surtido de Pizza Maíz con Mantequilla Verduras a Elegir Fruta a Elegir
Mayo 26 No hay Escuela Día de los Caídos (Memorial Day)	Mayo 27 Rebanada de Pan Dulce Nachos de Carne o Nachos de Pollo Frijoles Negros Salsa Fruta a Elegir	Mayo 28 Parfait Yogur Sándwich de Queso Tostado o Sándwich de Queso Tostado con Tocino o Sub de Albóndigas Ejotes Papas al Horno Fruta a Elegir	Mayo 29 Mini Panqueques Pollo Alfredo con Palito de Pan o Sándwich Deli Sub Ensalada de la Huerta Zanahorias Fruta a Elegir	Mayo 30 Entrante a Elección del Encargado Surtido de Pizza Maíz con Mantequilla Verduras a Elegir Fruta a Elegir

Las familias Conectan

Tómese un Descanso de la Pantalla

Del 5 al 9 de mayo se celebra la Semana sin Pantallas. Esta celebración internacional anual promueve la lectura, el juego, el pensamiento, la creación, la actividad física y pasar más tiempo con la familia y los amigos en lugar de ver la televisión, navegar por Internet o jugar con aplicaciones y videojuegos. Puede seguir utilizando dispositivos para el trabajo o la escuela.

¿Por qué no usar pantallas?

- Las pantallas pueden restar tiempo a la actividad física que todo el mundo necesita para estar sano. Los niños y los adultos activos tienen más probabilidades de tener un peso saludable, enfermarse con menos frecuencia y dormir mejor. También son

capaces de concentrarse, rinden mejor en la escuela o en el trabajo y son menos propensos a sentirse estresados o deprimidos.

- El tiempo de pantalla excesivo puede alejarnos de la conexión con los demás.

Más información y recursos en <https://screenfree.org>.