

Menú de Junio

2025

Lunes sin carne	Martes de taco	Miércoles loco	Jueves de California	Viernes de favoritos
2	3	4	5	6
Nuggets de pollo y papas fritas en el horno (vegano) ✓ Pizza margarita EUSD 🍷✓ Pizza de queso EUSD 🍷✓ Yogur y granola ✓🍷	Burrito de frijoles con queso hecho en casa ✓🍷 Sándwich de pollo crujiente Barra de avena Benefit, barrita de queso y batido de frutas ✓	Quesadilla de queso 🍷✓ Pollo y Waffles Yogur y granola ✓🍷	Nachos Fiesta ✓ con carne de res orgánica alimentada con pasto 🍷🍷 Pizza de queso EUSD 🍷✓ Pizza de Pepperoni EUSD 🍷🍷 Barra de avena Benefit y barrita de queso ✓	Hamburguesa de carne de res alimentada con pasto Hamburguesa de carne de res (alimentada con pasto) y queso Macarrones con queso hechos en casa 🍷✓ Yogur y granola ✓🍷 Galleta de chispas de chocolate recién horneada ✓
9	10	11		
Pasta con salsa de parmesano y mantequilla 🍷 y pan de ajo ✓ Pizza de queso EUSD 🍷✓ Pizza de Piña EUSD 🍷✓ Yogur y granola ✓🍷 Paleta de hielo de fruta natural 🍷✓	Taco crujiente de carne orgánica de res alimentada con pasto 🍷🍷 Tiras de pollo empanizado Hamburguesa Imposible (proteína vegetal) ✓ Barra de avena Benefit, barrita de queso y batido de frutas ✓	Pollo a la naranja con arroz integral orgánico Sándwich de queso fundido 🍷✓ Yogur y granola ✓🍷 Galleta de la fortuna ✓		

¡Esperamos que tengan un maravilloso verano!

¡El desayuno y el almuerzo serán GRATIS para todos los estudiantes de EUSD durante el año escolar 2025-26!

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 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 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:

- 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 a base de plantas están disponibles diariamente si se solicitan (Humus y pretzels, 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 firmarse por un profesional médico.

****Los menús están sujetos a cambios sin previo aviso****

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

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: Melón blanco y jicama

martes: Nectarinas cultivadas localmente y pepinos persas de Dassi Farm

miércoles: Fresas orgánicas

jueves: Mango y palitos de apio

viernes: Gajos de naranja

Varios aderezos se ofrecen 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, leche, y barrita de queso. Los viernes se ofrecen batidos como acompañamiento.

lunes:

- Pan de plátano ✓
- Palitos de pan francés ✓
- Cereales surtidos ✓

martes:

- Waffle belga con maple ✓
- Tortitas de huevo con queso y tocino 🍷
- Cereales Surtidos ✓

miércoles:

- Trociitos de panqueques de Vainilla ✓
- Burrito de desayuno hecho a mano (Chorizo de soya, huevo, queso) ✓
- Cereales surtidos ✓

jueves:

- Panquecito muffin de chispas de chocolate ✓
- Sándwich de desayuno (salchicha de pollo, huevo y queso en panecillo inglés)
- Cereales surtidos ✓

viernes:

- Panecillo scone de chispas de chocolate ✓
- Panecillo crumble de canela ✓
- Cereales surtidos

Contiene puerco: 🍷

Sin gluten: 🍷

Hecho diario desde cero: 🍷

Vegetariano: ✓

Vegano: no contiene ningún producto animal

Los alimentos son GRATIS para todos los estudiantes de EUSD

Adultos y visitantes:

Almuerzo \$6.00 Desayuno \$4.00

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.