

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
5 Cereales diversos	6 NO HAY ESCUELA	DÍA CN 7 Pan de calabacín	8 Panqueques de confeti Jarabe	9 Arethusa Farm Yogur regional Litchfield, CT
12 Pan de cacao	13 Galleta de salchicha de pollo Jarabe	DÍA CN 14 Desayuno inesperado	15 Mini bagels con crema de queso y canela	16 Tostada francesa con trozos de chocolate Jarabe
19 NO HAY ESCUELA	20 Desayuno inesperado	DÍA CN 21 Sándwich de pollo con waffles Jarabe	22 Arethusa Farm Yogur regional Litchfield, CT	23 Waffles de Froot Loops
26 Desayuno inesperado	27 Cereales diversos	DÍA CN 28 Desayuno inesperado	29 Pan de limón	30 Bocados de crepe de manzana y canela Jarabe

DESAYUNO ESCOLAR.

Consiste en un plato principal, fruta y leche que se ofrecen diariamente.

Gracias al Programa de Elegibilidad Comunitaria (CEP), todas nuestras comidas completas y nutritivas se ofrecen SIN COSTO a todos los estudiantes, isin necesidad de presentar una solicitud!

EL MENÚ PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES - 17/12/25

Esta institución es un proveedor que garantiza la igualdad de oportunidades.

Todos los días, se ofrece a los estudiantes leche blanca baja en grasa. FRUTA: Fruta fresca, porción de fruta fría. Jugo 100% de fruta los miércoles.

El Servicio de Alimentación de las Escuelas Públicas de Waterbury se encuentra "libre de carne de cerdo". Nuestro Programa de Nutrición Infantil no utiliza ni comercializa carne de cerdo.



MARCA DESTACADA

RINCÓN NUTRICIONAL



¡Enero es el mes de la fibra dietética!

Este mes resalta la importancia de la fibra, un nutriente esencial que juega un papel crucial en el mantenimiento de nuestra salud, aunque muchas personas no la ingieren en cantidades adecuadas.

La fibra contribuye a una digestión saludable, nos permite mantener la saciedad durante más tiempo y nos proporciona energía constante para aprender y jugar. Se halla de manera natural en alimentos como frutas, verduras, cereales integrales, legumbres e incluso palomitas de maíz.

Cada día, los estudiantes disfrutan de una variedad de alimentos ricos en fibra en la escuela. Este mes representa una excelente oportunidad para que las familias descubran nuevas frutas, integren opciones integrales y añadan verduras a sus comidas.