

February 2026

Menú de Rockwood Elementary

PRECIOS DE LAS COMIDAS

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
¡Día nacional de las bolitas de papa! Huevos revueltos con bisquet caliente y bolitas de papa Nachos de papa con queso Frijoles negros horneados estilo latino Blueberries congeladas Churro de manzana Leche fría a escoger	Palitos de pan francés Hot dog en bollo Zanahorias a la mantequilla Peras en cubitos con canela Leche fría a escoger ¡Haga la prueba! Ensalada de rábano y pepino	Bolitas de hot cakes de maple Espagueti con albóndigas con pan de ajo Ejotes sazonados a la italiana Uvas maduras en la vid Leche fría a escoger	Bagel de blueberry con queso crema Dumplings de pollo y verduras (potsticker) Brócoli al vapor Fruta tropical mixta Leche fría a escoger	Kashi Loops de fresa y banana con yogurt ¡Día del Superbowl! Trocitos de pollo tipo palomitas con palito de pan caliente Elote dulce Naranjas clementinas frescas Leche fría a escoger
¡Día nacional de la pizza! Pizza para el desayuno Crea tu propia pizza con ingredientes (pimiento, aceitunas, champiñones, etc.) Brócoli rostizado con queso parmesano Vasito de fresas congeladas Leche fría a escoger	Cuernito de chocolate Sándwich de pollo frito Frijoles al horno de la marca Bush Duraznos sabrosos Leche fría a escoger	Licuado de fruta y yogurt con galletas graham Pizza de restaurante Elote dulce Sidekick de fresa y kiwi Leche fría a escoger	Sándwich de pollo frito en bisquet ¡Desayuno para el almuerzo! Hot cakes esponjosos con salchicha americana Papas dulces fritas Crosstrack Rebanadas de manzana fresca Leche fría a escoger	Wafle holandés ¡Día nacional de tortellini! Tortellini alfredo con pan de ajo Chicharos y champiñones a la italiana Gajos de naranja fresca Galleta de azúcar decorada en rosa Leche fría a escoger
NO HAY CLASES ¡Feliz día de los Presidentes! 	Pastelito para el desayuno sabor canela Roscón de Reyes con yogurt Muslo de pollo empanizado con bollo caliente Puré de papas con gravy Moras mixtas congeladas Leche fría a escoger	Nachos para el desayuno Pasta cavatappi con tres quesos con palito de pan caliente Brócoli al vapor Albaricoques enfriados Leche fría a escoger	Hot cake esponjoso con salchicha americana Hamburguesa sencilla o hamburguesa con queso en bollo Frijoles al horno de la marca Bush Uvas maduras en la vid Leche fría a escoger	¡Día nacional de panquecitos! Muffin Top chocolate con chispas de chocolate con yogurt ¡Día del almuerzo en bolsa! Sándwich de queso a la parrilla Zanahorias chiquitas con vasito de puré de garbanzos Pasas sabor sandía ácidas Postrecito de Rice Krispies Leche fría a escoger
Hot Cakes Mini Confeti Pizza de queso o de pepperoni con masa rellena Brócoli rostizado con queso parmesano Puré de manzana enfriada Leche fría a escoger	Avena caliente de canela con ingredientes extras ¡Día nacional de totopos! Nachos Supremos con queso Frijoles negros de fiesta Blueberries congeladas Leche fría a escoger	Postre helado de yogurt tipo banana split con galletas graham ¡Desayuno para el almuerzo! Pollo con wafle Papas dulces fritas Crosstrack Bananarama Leche fría a escoger	Sándwich de huevo con queso en biscuit ¡Día nacional de chili! Hot dog con chili y queso Bolitas de papa Ensalada de frutas mixtas Leche fría a escoger	Rollo de canela caliente ¡Día nacional de la fresa! Pescado empanizado en formas de mar con palito de pan caliente Ejotes sazonados Fresas frescas Leche fría a escoger

Leche \$0.85
Desayuno para estudiantes \$2.10
Almuerzo para estudiantes \$3.60
Desayuno para adultos \$2.50
Almuerzo para adultos \$4.45
Pague la cuenta de comida de su hijo por adelantado usando www.myschoolbucks.com

Consejo útil: Deposite \$68.40 para los almuerzos escolares en febrero.

El desayuno incluye platillo caliente del menú o un yogurt de 4 onzas y una galleta Graham, o una opción de cereal y una galleta Graham. Cada desayuno se sirve con fruta o verdura y/o jugo 100% natural y leche.

Entradas alternativas disponibles todos los días

- * Sándwich de queso a la plancha con pan pretzel
- * Sándwich de carne de pavo
- * Sándwich con sunbutter y mermelada
- * Ensalada del chef con galletas saladas

Opciones de "snack pack" (paquetes de refrigerios) disponibles todos los días:

- Lunes** – Pretzel blando
- Martes** – Cereal y Bug Bites
- Miércoles** – Muffin integral y pretzels Goldfish
- Jueves** – Galletas Zee Zee's Grahamz de fresa y Goldfish Colors
- Viernes** – Wafle Liège de vainilla

Se sirve con una selección de palitos de queso, yogurt, semillas de girasol, vasito de puré de garbanzos, de mantequilla de garbanzos de chocolate o huevo duro Se ofrece vasito de salsa de queso con los pretzel blandos los lunes

Las opciones de fruta diarias pueden incluir: Fruta fresca, congelada, seca o enlatada (en su propio jugo o tengan un almibar ligero), o jugo de fruta 100% natural

Selección diaria de leche: Descremada, leche 1%, chocolate 1% y fresa 1%, Prairie Farms

Se ofrece una variedad de verduras frescas todos los días.

Rockwood no es una escuela libre de cacahuates.

 Indica un producto de carne de puerco.

EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS

¿Lo sabía?

 **¿Lo sabía?** ¡Febrero es el mes de la salud del corazón! Comer frutas, verduras y cereales integrales ayuda a mantener un corazón fuerte.

Verdura del mes



rábano