

## Menú de Desayuno y Almuerzo

2026

Menú del desayuno	lunes		martes		miércoles		jueves		viernes	
	<p>El desayuno se sirve todas las mañanas antes de clases e incluye una opción principal, fruta, yogur, leche y barra de queso.</p> <p><b>lunes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pan de plátano ✓</li> <li>-Pan dulce (concha) ✓</li> <li>-Cereales surtidos ✓</li> </ul> <p><b>martes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Waffle belga con maple ✓</li> </ul> <p><b>miércoles:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Barrita de desayuno Ultimate ✓</li> <li>-Cereales surtidos ✓</li> <li>-Bocadillos de huevo, queso y tocino ✓</li> <li>-Mini panqueques de vainilla ✓</li> <li>-Cereales surtidos ✓</li> </ul> <p><b>jueves:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Panquecito casero con chispas de chocolate ✓</li> <li>-Sándwich de desayuno (salchicha de pollo, huevo y queso) ✓</li> <li>-Cereales surtidos ✓</li> </ul> <p><b>viernes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Burrito de desayuno (Chorizo de soya, huevo y queso) ✓</li> <li>-Panecillo scone de chispas de chocolate recién horneado ✓</li> <li>-Cereales surtidos ✓</li> </ul>	<p>Contiene puerco:  Sin gluten: </p> <p>Casero:  Vegetariano: </p> <p>Vegano: sin productos animales</p>		<p>¡Los alimentos son GRATIS para todos los estudiantes de EUSD!</p> <p>Precios para adultos y visitantes: Almuerzo: \$6.00 Desayuno: \$4.00</p>						<p>Hotdog de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Pretzels suaves con salsa de queso ✓</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Galleta de chispas de chocolate recién horneada ✓</p>
	<p>4</p> <p>Pasta con salsa de parmesano y mantequilla y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de piña EUSD </p> <p>Yogur y Granola </p>	<p>5</p> <p>Taco crujiente de carne de res orgánica alimentada con pasto </p> <p>Sándwich de pechuga de pollo empanizado</p> <p>Sándwich de Wowbutter con jalea y barra de queso ✓</p>	<p>6</p> <p>Alitas de pollo estilo Buffalo (poco picante) y bollo de ajo</p> <p>Sándwich de queso a la parrilla </p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Mini postre de Rice Krispie </p>	<p>7</p> <p>Pollo BBQ Mary's , papas fritas al horno y elote</p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de pollo BBQ EUSD </p> <p>Barra de avena Benefit y barra de queso ✓</p>	<p>8</p> <p>Hamburguesa de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Hamburguesa de carne de res (alimentada con pasto) y queso</p> <p>Palitos de pan rellenos de queso mozzarella con salsa marinara ✓</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Brownie de frijoles negros EUSD </p>	<p>11</p> <p>Pasta cremosa Alfredo y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza Margarita EUSD </p> <p>Yogur y Granola </p>	<p>12</p> <p>Burrito casero de frijoles y queso </p> <p>Tiras de pollo empanizado</p> <p>Sándwich de Wowbutter con jalea y barra de queso ✓</p>	<p>13</p> <p>Pollo a la naranja con arroz integral</p> <p>Quesadilla de queso </p> <p>Quesadilla de pollo a la parrilla </p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Galleta de la fortuna ✓</p>	<p>14</p> <p>Pan pita con pollo Shawarma y salsa de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de pepperoni EUSD </p> <p>Barra de avena Benefit y barra de queso ✓</p>	<p>15</p> <p>Sándwich tipo sub de pavo Boar's Head y queso </p> <p>Macarrones con queso  y trozos de pollo</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Congelada de fruta </p>
	<p>18</p> <p>Pasta de moñito con salsa Marinara EUSD y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de piña EUSD </p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Paleta helada de fruta natural </p>	<p>19</p> <p>Pupusa de frijoles con queso ✓ o Pupusa de birria de res con chips de tortilla </p> <p>Hamburguesa de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Sándwich de Wowbutter con jalea y barra de queso ✓</p>	<p>20</p> <p>Pasta boloñesa con carne de res alimentada con pasto </p> <p>Corn dog de pollo (sin nitratos)</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Mini postre de Rice Krispie </p>	<p>21</p> <p>Nachos Fiesta ✓ con carne de res orgánica alimentada con pasto </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de pepperoni y salchicha EUSD </p> <p>Barra de avena Benefit y barra de queso ✓</p>	<p>22</p> <p>Papa horneada con salsa de queso ✓ y aderezos </p> <p>Pollo y Waffles</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Galleta Celebración recién horneada ✓</p>	<p>25</p> <p><b>Día Memorial</b> No hay clases</p>	<p>26</p> <p>Taco de pescado estilo Baja con chips de tortilla</p> <p>Sándwich de pechuga de pollo empanizado</p> <p>Sándwich de Wowbutter con jalea y barra de queso ✓</p>	<p>27</p> <p>Chik'n nuggets veganos y papas fritas al horno ✓</p> <p>Quesadilla de queso </p> <p>Quesadilla de pollo a la parrilla </p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Mini postre de Rice Krispie </p>	<p>28</p> <p>Pasta con salsa de parmesano y mantequilla y pan de ajo </p> <p>Pizza de queso EUSD </p> <p>Pizza de pepperoni EUSD </p> <p>Barra de avena Benefit y barra de queso ✓</p>	<p>29</p> <p>Brunch para el almuerzo (Tostado francés y salchicha de puerco alimentado con pasto) </p> <p>Hamburguesa de carne de res alimentada con pasto</p> <p>Hamburguesa vegetariana de frijoles negros ✓</p> <p>Yogur y Granola </p> <p>Galleta Celebración recién horneada ✓</p>

### Barra de Ensaladas diaria:

¡Fresca, de la estación, y local!

¡La barra de ensaladas ilimitada es parte de cada almuerzo escolar, contiene lechuga orgánica y vegetales de la estación cultivados en EUSD Farm Lab!

- lunes:** Tangerinas y jícamas cultivadas en California
  - martes:** Rebanadas de manzanas cultivadas localmente
  - miércoles:** Melón blanco y pepinos persas cultivados localmente en Dassi Farms
  - jueves:** Duraznos y apio cultivados en California
  - viernes:** Gajos de naranjas cultivadas localmente
- Varios aderezos se ofrecen diariamente, incluyendo una opción libre de gluten .

### Información de los alimentos escolares

Para ver los menús escolares, datos nutricionales, información del programa de alimentos y para obtener más detalles visite nuestro sitio web de Servicios de Nutrición Infantil de EUSD (<https://www.eusd.net/departments/child-nutrition-services>) o descargue nuestra aplicación de Mobile Menu en [www.schoolcafe.com](http://www.schoolcafe.com). El almuerzo incluye: un plato principal, barra de ensaladas ilimitada (con frutas y vegetales locales y orgánicos), 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 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 inquietud, por favor envíen un correo electrónico a Lea Bonelli, Directora de Servicios de Nutrición Infantil: [lea\\_bonelli@eusd.net](mailto:lea_bonelli@eusd.net).

#### Alergias alimenticias:

- Durante la semana se ofrecen 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. Tomen en cuenta que servimos platillos GF, pero nuestras cocinas no son instalaciones GF.
- Opciones a base de plantas/veganos 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 **mani o nueces**; sin embargo, no se nos considera una Instalación libre de mani o nueces. Algunos alimentos pueden haber sido procesados en instalaciones que procesan nueces, mani 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 estar firmados por un profesional médico.

\*Los menús pueden cambiar sin previo aviso\*

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

# MEET OUR VENDORS KNOW OUR PRODUCTS

## CREAM CO. MEATS



Cream Co. works with over 20 sustainable, regenerative, and organic family farms in northern California. Our beef, pork and chicken come from a variety of farms including Mary's Chicken and Beeler's Pork.

## EUSD FARM LAB



Our certified organic EUSD Farm Lab provides seasonal produce for our salad bars at every school. This includes organic lettuce, carrots, cucumbers, tomatoes, corn, beets, etc. Not to mention all of the tomatoes used in our scratch made pizza and pasta sauces.

## DICKINSON FAMILY FARMS



Based in Fallbrook, Dickinson Family Farms provides local, seasonal, and organic produce to our schools, including dragonfruit, finger limes, oranges, apples, avocados, etc.

## HIDDEN FOODS



Started by an Encinitas USD mom, Hidden Foods packs nutrition and "hidden" fruits and veggies into their delicious breakfast muffins served to our students.



## LOPES FAMILY FARMS RICE

This family-owned organic farm in Princeton, California, utilizes an ancient Chinese rice farming technique that incorporates ducks into the cultivation of brown rice. The ducks eat weeds and bugs while enriching the soil with nitrogen and organic matter. Their organic rice can be found in a variety of EUSD entrees.

## BOAR'S HEAD



High quality deli meats and cheeses, free of preservatives and nitrates, while also using whole muscle proteins. Their turkey and cheeses can be found in our deli sandwiches, grilled cheeses, quesadillas, and on our salad bar.

## GIUSTO'S ORGANIC FLOUR



Based In San Francisco, Giustos high quality, organic flour (wheat and all-purpose) is used in our pizza dough and fresh baked goods.

## DASSI FAMILY FARM



Based in Leucadia and San Marcos, Dassi Family Farm is a local, sustainable greenhouse providing delicious, seasonal tomatoes and cucumbers for our salad bars.