

August 2026

Menú de Rockwood Elementary

Monday

Cada almuerzo escolar incluye 5 componentes: proteínas, cereales, frutas, verduras y leche. Los estudiantes deben elegir al menos 3 componentes, o bien los 5, para una comida. Uno de los ellos debe ser ½ taza de fruta o verdura.

🍎 Siga la página del **Elementary School Lunch Menu** (menú de almuerzos de la escuela primaria) en **ParentSquare** para ver los menús mensuales y las actualizaciones.

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

¡Bienvenidos otra vez!
¡VENGA A COMER CON NOSOTROS!

Welcome Back
COME EAT WITH US!

10

11

12

13

14

17

18

19

20

21

Oferta por tiempo limitado:
Del 31 de agosto al 4 de septiembre
Recibe un slushy Welch's Hula Cooler de jugo 100% todos los días en el desayuno

¡Día nacional del waffle!

Waffle sabor vainilla

Pollo con waffle
Bolitas de papa
Ensalada de frutas mixtas
Leche fría a escoger

¡Día nacional de Banana Split!

Postre helado de yogurt tipo banana split con galletas graham

Mini pizzas de bagel con queso
Elote dulce
Blueberries congeladas
Leche fría a escoger

Sándwich de huevo con queso en biscuit

¡Día de paletas heladas de cereza!

Hot dog en bollo
Frijoles al horno de la marca Bush
Palito congelado de jugo 100% de cereza, naranja y piña
Leche fría a escoger

Pizza para el desayuno

¡Día nacional del durazno!

Espagueti con albóndigas con pan de ajo
Brócoli rostizado con queso parmesano
Duraznos frescos
Leche fría a escoger

Rollo de canela caliente

¡Día del almuerzo en bolsa!

Sándwich de queso a la parrilla
Doritos sabor Wild White Nacho
Zanahorias bebés con salsa Ranch
Vasito de puré de manzana sabor durazno
Leche fría a escoger

Waffles Eggo Fruit Loops

Pretzel blando con salsa de queso
Brócoli al vapor
Perras en cubitos
Leche fría a escoger

¿Lo sabía?

El mes de agosto recibe su nombre de Augusto César, el primer emperador romano, quien eligió este mes porque coincidía con el momento de muchas de sus mayores victorias militares.

Para información sobre alérgenos, únete a la página del **RSD Food Allergens Group** (Grupo de alérgenos alimentarios de RSD) en ParentSquare.

Esta es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

PRECIOS DE LAS COMIDAS

Desayuno para estudiantes \$2.10
Desayuno a precio reducido \$0.30
Almuerzo para estudiantes \$3.60
Almuerzo a precio reducido \$0.40
Gratuito para los que califican
Desayuno para adultos \$2.75
Almuerzo para adultos \$5.00

MY SCHOOL BUCKS **PAY FOR MEALS ONLINE**
MySchoolBucks.com

Consejo útil: Deposite \$21.60 en agosto para los almuerzos escolares.

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

Entradas alternativas disponibles todos los días

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

Opciones diarias de cereales de la variedad de refrigerios

Lunes: Galletas Cheez-its y Chat Snax sabor vainilla

Martes: Cereal y pretzels Goldfish

Miércoles: Bolitas de hot cakes de maple

Jueves: Muffin y pretzels Goldfish

Viernes: Galletas Cheez-its y Bug Bites

Agrega dos opciones de proteínas: varillas de queso, palitos de pavo, yogur, semillas de girasol, mantequilla de garbanzos de chocolate, u opción de 1 huevo duro.

Se ofrece una variedad de verduras frescas todos los días.

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:

Leche entera, leche 1%, chocolate 1%, fresa 1%, Prairie Farms

Rockwood no es una escuela libre de cacahuates.

Indica un producto de carne de puerco.

EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS