

Información de nutrición: estudios muestran que los niños que comen el desayuno funcionan mejor. Hacen mejor en la escuela y tiene mejor concentración y energía

Se ofrece una variedad de leche (1%, y chocolate sin grasa) cada comida

Menú puede cambiar

			1 1-Mini panqueques con un omelette de queso, guisantes, fresas 2-Almuerzo de sándwich de pavo Hacerlo de la manera que quieres... Sandwich de pavo y queso, frutas, verduras	2 1-Pizza de queso wg Judías verdes, garbanzos, fruta mixta 2- Almuerzo de crema de cacahuets Hacerlo de la manera que quieres... Copa de crema de cacahuets, graham treat/granos, queso/yogur/huevo duro, fruta, verduras Regalito: sándwich de helado	<u>2nd elección- hacerlo la manera que quieres</u> Todos segunda opciones tiene libertad de hacer Uncrustables- uva, fresa, frambuesa o chocolate Cereals- miel cheerios, Lucky Charms o Cocoa Puffs Quesos/Yogur- palito de queso-mozarella o cheddar, copa de yogur Granos- galletas goldfish o cheez-its Frutas- manzana, salsa de manzana con canela o fresa, arándanos rojos secos, peras Verduras(cambia diariamente)- zanahorias, brócoli, coliflor, apio, garbanzos, pepino, guisantes dulces, pimientos, tomates estilo uva
5 1-Hamburguesa con queso, papas fritas, baked beans, pedazos de manzana 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	6 1-perro caliente, batatas fritas, guisantes, Peras 2-Almuerzo de pan de banana Hacerlo de la manera que quieres... Pan de banana, queso/yogur, frutas, verduras	7 1- Nachos (carne, queso, tomates, salsa, crema agria) maíz, pepinos, salsa de manzana 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	8 1-Palitos de pan francés, huevos revueltos, Tater Tots, apio, jugo de manzana 2-Almuerzo de sándwich de jamón Hacerlo de la manera que quieres... Sandwich de jamon y queso, frutas, verduras	9 1-palitos de pizza con salsa marinara, brocoli con queso, pimientos, melocotones troceados 2- Almuerzo de crema de cacahuets Hacerlo de la manera que quieres... Copa de crema de cacahuets, graham treat/granos, queso/yogur/huevo duro, fruta, verduras	¿Tiene preguntas o dudas del programa de servicios de nutrición? Por favor póngase en contacto con Terri Miller a (262) 626-3105 x. 4105 o TMiller@kewaskumschools.org <u>PRECIOS DEL ALMUERZO</u> Estudiantes: \$3.35 Reducido: \$0.40 Leche: \$60 Almuerzo adulto: \$4.95
12 1-Mini perrito caliente de maíz, baked beans, guisantes, pedazos de manzana 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	13 1-Pollo “palomitas” (wg), Macarrones y queso, Broccoli asado, pepino, fruta mixta 2-Almuerzo de pan de banana Hacerlo de la manera que quieres... Pan de banana, queso/yogur, frutas, verduras	14 1- Palitos de pollo y gofre Papas fritas, zanahoria, peras Bol de pollo agrio y dulce, arroz frito, zanahorias, fruta mixta 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	15 1-Medialuna con tocino, huevo y queso Tater Tots, apio, fresas 2-sándwich de pavo, salsa de manzana con fresa, variedad de verduras	16 1-Pizza “Munchable” (Pan sin levadura, pepperoni, queso, salsa de marinera) pedazos de manzana, variedad de verduras 2-Almuerzo divertido Uncrustable, palito de queso, pedazo de manzana, variedad de verduras, galletas de Goldfish Regalito: helado	Costo por semana: \$16.75 Costo por mes (20 días): \$67 Por favor escribir Child Nutrition en los cheques. Traerlos a la oficina o por correo: Child Nutrition % KewaskumHigh School 1510 Bilgo Lane Kewaskum, WI 53040 Si tu cuenta está por debajo de \$10.00 va a recibir un aviso o un sobre de pagar. Cada estudiante/empleado recibirá un código de 4 números que corresponde con su cuenta.

19 1- Sloppy Joe (sandwich de carne molida con salsa) Papas fritas, baked beans, manzana 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	20 1- Sándwich de queso tostado, sopa de tomate, batatas fritas, brocoli, peras 2-Almuerzo de cereal loco Hacerlo de la manera que quieres... Cereal, queso,yogurt,huevo duro,grano,fruta,verdura	21 1- Tacos en una tortilla (carne de taco, lechuga tomates, queso, salsa, crema agria), maíz con mantequilla, tomates pequenos, fruta mixta 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	22 1-Palitos de pan francés, huevos revueltos, Tater Tots, apio, jugo de manzana 2-Almuerzo de sándwich de jamón Hacerlo de la manera que quieres... Sandwich de jamon y queso, frutas, verduras	23 1-Bosco Sticks con salsa de marinara, guisantes al vapor, zanahorias, salsa de manzana 2- Almuerzo de crema de cacahuets Hacerlo de la manera que quieres... Copa de crema de cacahuets, graham treat/granos, queso/yogur/huevo duro, fruta, verduras	
26 1-Nuggets de pollo batatas fritas, baked beans, fruta mixta 2-Almuerzo divertido Hacerlo de la manera que quieres... Elige Uncrustable, quesos/yogur, granos, frutas, verduras (Mira la caja a la derecha para sus opciones)	27 1- roscas pequenas de pizza Brócoli con ajo, pepinos,uvas 2-Almuerzo de cereal loco Hacerlo de la manera que quieres... Cereal, queso,yogurt,huevo duro,grano,fruta,verdura	28 1-Pavo y jugo de carne sobre puré de papas, zanahorias al vapor, salsa de manzana con canela 2-Almuerzo de pan de banana Hacerlo de la manera que quieres... Pan de banana, queso/yogur, frutas, verduras	29 1-Mini panqueques con un omelette de queso, guisantes, fresas 2-Almuerzo de sándwich de pavo Hacerlo de la manera que quieres... Sandwich de pavo y queso, frutas, verduras	30 NO ESCUELA (Dia de desarrollo profesional)	

V-vegetariano wg-grano entero

*menú puede cambiar

N-contiene nueces

tn-contiene nueces de árboles

ptn-producido en una fábrica que contiene nueces/nueces de árboles

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades