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

2 **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)	**3** **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	**4** **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)	**5** **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	**6** **1-palitos de pizza** con salsa marinara, brocoli con queso, pimientos, melocotones troceados **2- Almuerzo de crema de cacahuetes** **Hacerlo de la manera que quieres…** Copa de crema de cacahuetes, 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 PRECIOS DEL ALMUERZO Estudiantes: $3.35 Reducido: $0.40 Leche: $.60 Almuerzo adulto: $4.95
9 **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)	**10** **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	**11** **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)	**12** **1-Medialuna con tocino, huevo y queso** **Tater Tots,** apio, fresas **2-sándwich de pavo, salsa de manzana con fresa,** variedad de verduras	**13** **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 dias): $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.
16 **1- Sándwich de queso tostado, sopa de tomate, batatas fritas,** broccoli, peras **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)	**17** **1- tacos en una tortilla (carne, lechuga, queso)** **Maíz, tomates estilo uva, fruta mixta** **2-Almuerzo de cereal loco** **Hacerlo de la manera que quieres…** Cereal, queso,yogurt,huevo duro,grano,fruta,verdura	**18** **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**	**19** **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	**20** **1-Bosco Sticks** con salsa de marinara, guisantes al vapor, zanahorias, salsa de manzana **2- Almuerzo de crema de cacahuetes** **Hacerlo de la manera que quieres…** Copa de crema de cacahuetes, graham treat/granos, queso/yogur/huevo duro, fruta, verduras	**2nd elección- hacerlo la manera que quieres** 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
23	**24**	25	**26**	**27**	

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)	**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	No Escuela (Día de Acción de Gracias)	No Escuela (Día de Acción de Gracias)	No Escuela (Día de Acción de Gracias)	

V-vegetariano wg-grano entero N-contiene nueces tn-contiene nueces de árboles ptn-producido en una fábrica que contiene nueces/nueces de árboles

*menú puede cambiar

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades