

FEBRERO ~ 2018

LUNES

DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE VAL VERDE

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

PRIMARIA

VIERNES

Las comidas se sirven con leche baja en grasa o leche sabor a chocolate sin grasa

Precios de primaria:

Desayuno: Reducido - \$0.00

Desayuno: Pagado - \$0.00

Almuerzo: Reducido - \$0.00

Almuerzo: Pagado - \$2.50

*- Productos que contienen puerco

☞- TODOS los productos de pan son de granos integrales

Cada alumno **PODRÁ** seleccionar:

◦Platillo principal ◦ Fruta y vegetales de la barra de ensaladas ◦ Leche
Para que pueda contar como una comida *completa*, cada alumno **DEBE**

seleccionar:

****1/2 Taza o más de fruta o vegetales****

***COMIDA PARA EL ALMUERZO**; Incluye un platillo del menú principal y una o más porciones de fruta y vegetales de la barra de ensaladas.

☞ **NO, ALMUERZO DE LA BARRA DE ENSALADAS**; Prepare una comida completa con una variedad de frutas frescas y vegetales y productos de proteína y pan de la barra de ensaladas del diario.

<p>Empieza tu semana con un... lunes verde y saludable</p> <p>Aderezo de la casa (lunes a viernes) Aderezo <i>Ranch</i> de yogur, aguacate y cilantro</p>				<p>1</p> <p>Pizza de queso o tamal de pollo Frijoles refritos (vegetarianos)</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>2</p> <p>Banderilla (corndog) o calzonnette de pepperoni de pavo Papas fritas al horno</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>			
<p>5 Trocitos de pollo y panecillo o pollo Teriyaki con arroz y panecillo</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>6 Sándwich de pastel de carne o envoltura de taco</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>7 "Desayuno para el almuerzo" Panqueques y salchicha* o *costilla a la <i>Barbecue</i> en un pan</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>8 *Pizza de pepperoni o Taquitos de pollo con guacamole</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>9 Hamburguesa con queso o envoltura de crema de cacahuete y mermelada Trocitos de papa estilo <i>Tater Tots</i></p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>	
<p>12</p> <p>Día del Presidente Lincoln Día feriado</p>		<p>13 Taco "Hay Stack" (de pavo) o sándwich de queso derretido</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>14 Sándwich de pollo o trocitos de carne de res Teriyaki y pan de ajo estilo Texas</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>15 Pizza de queso o tamal de pollo Frijoles refritos (vegetarianos)</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>16 Banderilla (corndog) o calzonnette de pepperoni de pavo Papas fritas al horno</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>	
<p>19</p> <p>Día de los Presidentes Día feriado</p>		<p>20 Pavo y gravy con puré de papa y panecillo o envoltura de taco</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>21 Pan francés y huevos revueltos con tocino y queso* o *costilla a la <i>Barbecue</i> en un pan</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>22 *Pizza de pepperoni o Taquitos de pollo con guacamole</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>23 Hamburguesa con queso o envoltura de crema de cacahuete y mermelada Trocitos de papa estilo <i>Tater Tots</i></p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>	
<p>26 Españeti con salsa de carne y pan de ajo tostado o burrito de carne de res con chile verde</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>27 Taco "Hay Stack" (de pavo) o sándwich de queso derretido Taza de 100% fruta congelada</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>28 Sándwich de pollo o trocitos de carne de res Teriyaki y pan de ajo estilo Texas</p> <p>Barra de ensaladas (para servirse uno mismo) Véase menú de abajo</p>		<p>La manera más sencilla de pagar LAS COMIDAS ESCOLARES</p> <p>MY SCHOOL BUCKS</p> <p>myschoolbucks.com</p>			
<p>Lunes Opciones de la barra de ensaladas</p>		<p>Martes Opciones de la barra de ensaladas</p>		<p>Miércoles Opciones de la barra de ensaladas</p>		<p>Jueves Opciones de la barra de ensaladas</p>		<p>Viernes Opciones de la barra de ensaladas</p>	
Ensalada mixta	Rebanadas de manzana	Ensalada mixta	Piña	Ensalada mixta	Fruta surtida	Ensalada mixta	Plátanos	Ensalada mixta	Duraznos picados
	Peras picadas	Zanahorias pequeñas	Rebanadas de naranja	Trocitos de melón	Palitos de calabacita	Zanahorias pequeñas	Puré de manzana	Tomates rebanados	Frijoles colorados
Ensalada de quínoa con 3 tipos de frijoles	Tomates tipo "cherry"	Elote		Frijoles colorados		Rebanadas de pepino		Toronja roja	
	Pavo picado		Huevo cocido picado		Pavo picado				Pollo picado
Pan "Loco"	Palito de queso Colby-Jack	Panecillo de trigo y miel	Jamón de pavo picado	Quequito de chispas de chocolate	Yogur Yoplait	Harina de maíz Super Star	Huevo cocido picado Yogur Yoplait	Pan "Loco"	Arándanos secos y semillas de girasol

Esta institución es proveedor de oportunidades equitativas