




Meatless Monday	Taco Tuesday	Wacky Wednesday	California Thursday	Friday Favorites
	1	2	3	4
	Chicken Alfredo Bowl Cheese Chile Verde Tamale ^{GF} ✓ Crispy Chicken Tenders Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Orange Chicken & Brown Rice Scratch Grilled Chicken Tortilla Roll Yogurt ^{GF} & Granola ✓	Fiesta Nacho Tower with Veggie Chili ^{GF} ✓ Scratch-Made Hawaiian Pizza  Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Mighty Chicken Meatball Pasta Scratch-Made Pepperoni Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ EUSD Black Bean Brownies ✓
7	8	9	10	11
Mini Cheese Ravioli & EUSD Marinara ✓ Scratch-Made Pineapple Pizza ✓ Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ Natural Fruit Popsicle ✓	Grass Fed Organic Beef Taco ^{GF} Bean & Cheese Pupusa ^{GF} ✓ Chicken & Waffles Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Orange Chicken & Brown Rice Scratch Grilled Cheese Sandwich ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓	Zesty Chicken & Cheese Enchilada Scratch-Made BBQ Chicken Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese	All Beef Hotdog ^{GF} Scratch-Made Pepperoni Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ EUSD Chocolate Chip Cookies ✓
14	15	16	17	18
Cheesy Breadstick & EUSD Marinara ✓ Scratch-Made Margarita Pizza ✓ Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ Natural Fruit Popsicle ✓	Baja Fish Tacos with Alaskan Pollock Cheese Chile Verde Tamale ^{GF} ✓ Crispy Chicken Tenders Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Orange Chicken & Brown Rice Scratch-made Cheese Quesadilla ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓	Fresh Turkey & Cheese Sandwich NEW! Scratch-Made Hawaiian Pizza  Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Brunch for Lunch  Scratch-Made Pepperoni Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ EUSD Black Bean Brownies ✓
21	22	23	24	25
Cheesy Lasagna Roll-up ✓ Scratch-Made Pineapple Pizza ✓ Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ Natural Fruit Popsicle ✓	Slow Roasted Carnitas Taco  Crispy Chicken Breast Sandwich Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Orange Chicken & Brown Rice Scratch Grilled Cheese Sandwich ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓	Grass Fed Organic Beef Bolognese Pasta Scratch-Made BBQ Chicken Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Natural 100% Beef Hamburger ^{GF} or Cheeseburger Scratch-Made Pepperoni Pizza Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Yogurt ^{GF} & Granola ✓ EUSD Oatmeal Raisin Cookies ✓
28	29	30	31	
Memorial Day Holiday!	Bean & Rice Burrito Bowl ^{GF} ✓ Chicken Chile Verde Tamale Chicken & Waffles Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	Orange Chicken & Brown Rice Scratch Grilled Chicken Tortilla Roll Yogurt ^{GF} & Granola ✓	Mighty Chicken Meatball Sub or Chicken Meatballs & Marinara ^{GF} Scratch-Made Hawaiian Pizza  Scratch-Made Cheese Pizza ✓ Sunbutter Jelly Sandwich + String Cheese ✓	

Harvest of the Month
Gold Nugget Tangerines
 In May, students will enjoy tangerines from Stehly Farms in Valley Center. Tangerines are packed with Vitamin C, Vitamin A, folate, and potassium and will be on the salad bar at each school every Wednesday this month!

Salad Bars: Fresh, Seasonal, California-Grown!
 Unlimited Daily Salad bars are part of every school lunch, featuring EUSD Farm Lab Grown Lettuce and seasonal veggies!
Mondays: Petite Bananas & Celery
Tuesdays: Super Sliced Apples
Wednesdays: Local, Organic Tangerines & Cucumbers
Thursdays: Regionally Grown Sliced Valencia Oranges
Fridays: Pears
 Various dressings are offered daily including a ^{GF} option.

Lunch Prices:
Students \$4.00,
Adults \$5.00,
Adult Salad Bar
only \$4.50

Breakfast: Served Daily at OK & PEC
 Breakfast served before school, 7:30-8:00 am
 Student Paid Price: \$2.00, Adult Paid Price: \$3.00
Menu:
 -Oatmeal
 -Yogurt & Granola
 -Bagel & Cream Cheese
 -Healthy Cinnamon Crumble
 -Maple Mini Pancakes
 -Egg & Cheese Wrap
 Includes a choice of milk, 100% fruit juice and fresh fruit
 -Harvest Oatmeal Chewy Bars
 -Assorted WG Cereal
 -Muffin Tops
 -String Cheese
 -Buttermilk Bars



Contains Pork:  Gluten Free: ^{GF} Vegetarian: ✓



Lunes No Carne	Taco Martes	Miércoles Loco	California Jueves	Viernes Favorito
	1	2	3	4
	Tazón de Pollo Alfredo Tamal de Chile Verde con Queso (GF) ✓ Croquetas de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Rollo de Tortilla de Pollo Asado Receta Casera Yogurt (GF) y Granola ✓	Torre de Fiesta Nacho con Chili de Vegetales (GF) ✓ Pizza Hawaiana Receta Casera (P) ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pasta de Albóndigas de Pollo Pizza con Pepperoni Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Brownies EUSD de Frijol Negro ✓
7	8	9	10	11
Ravioli Mini con Queso y Salsa Marinara EUSD ✓ Pizza con Piña Receta Casera ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Taco de Carne de Pastoreo Orgánico (GF) ✓ Pupusa de Queso y Frijol (GF) ✓ Pollo y Waffles Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓	Enchilada de Pollo y Queso Sabrosa Pizza Con Pollo y Salsa BBQ Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Hotdog de Pura Carne (GF) ✓ Pizza con Pepperoni Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ EUSD Chocolate Chip Cookies ✓
14	15	17	18	19
Panes con Queso y Salsa Marinara EUSD ✓ Pizza Margarita Receta Casera ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Tacos Baja Fish con Alaskan Pollock Tamal de Chile Verde con Queso (GF) ✓ Croquetas de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Quesadilla Recta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola	Sándwich de Pavo Fresco con Queso NUEVO! Pizza Hawaiana Receta Casera (P) ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Desayuno en el Almuerzo (P) (GF) ✓ Pizza con Pepperoni Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Brownies EUSD de Frijol Negro ✓
21	22	23	24	25
Roll-up Lasaña con Queso ✓ Pizza con Piña Receta Casera ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Taco de Carnitas Rostizadas Lentamente (P) (GF) ✓ Sándwich de Pechuga de Pollo Crujiente Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓	Pasta a la Boloñesa de Carne de Pastoreo Orgánico Pizza Con Pollo y Salsa BBQ Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Hamburguesa de Carne 100% (GF) o Hamburguesa con Queso Pizza con Pepperoni Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ✓ Yogurt (GF) y Granola ✓ Galletas de Avena y Pasas EUSD ✓
28	29	30	31	
Día Festivo Memorial Day!	Tazón de Burrito de Arroz con Frijol (GF) ✓ Tamal de Chile Verde con Pollo (GF) ✓ Pollo y Waffles Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja y Arroz Integral Rollo de Tortilla de Pollo Asado Receta Casera Yogurt (GF) y Granola	Sándwich de Albóndigas de Pollo o Carne y Salsa Marinara (GF) ✓ Pizza Hawaiana Receta Casera (P) ✓ Pizza con Queso Receta Casera ✓ Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + una Pieza de Queso ✓	

Cosecha Del Mes
Mandarina Gold Nugget
En el mes de mayo, los estudiantes disfrutarán de mandarinas de Stehly Valley en Valley Center. Las mandarinas contienen vitamina C, vitamina A, folato y potasio y las tendremos en la barra de ensaladas de cada escuela los miércoles de este mes.

Barra de Ensaladas: frescas de temporada y de California!
Barra de Ensalada sin límite son parte de cada almuerzo, presenta lechuga del Huerto EUSD y vegetales de temporada!
Lunes: Bananas pequeñas y apio
Martes: Súper rebanadas de manzanas
Miércoles: Mandarinas y Pepinos Locales, Orgánicos
Jueves: Rebanadas de Naranjas Valencia de la Región
Viernes: Peras
Se ofrecen diversos aderezos a diario incluyendo la opción (GF)

Precios de alimentos:
Estudiantes \$4.00
Adultos \$5.00,
Barra de ensalada-
Adultos \$4.50

Los Desayunos se Sirven a Diario en OK y PEC
El desayuno se sirve antes de clases, 7:30-8:00 am
Precio para: estudiantes \$2.00, Adultos: \$3.00
Menú:
-Avena = Barras de Avena Harvest Oatmeal Chewy
-Yogurt y Granola - Cereal WG Varios
-Bagel y Queso Crema -Muffin Tops
-Cinnamon Crumble - Sano -Piezas de Queso
-Mini Pancakes de Maple -Barras de Suero de Leche
-Rollo de Huevo con Queso
Incluye una opción de leche 100% jugo de fruta y fruta fresca



Tiene puerco: (P) Sin Gluten: (GF) Vegetariano: (V) ✓



• Para los pagos en línea, menús escolares e informes de nutrición visite nuestra nueva aplicación del menú móvil: www.schoolcafe.com las solicitudes para Almuerzo gratis o a precio reducido están disponibles en el Internet en: www.schoolmealapp.com en las oficinas de las escuelas o puede contactar al departamento Child Nutrition Services al 760 944-4300 ext. 2572.
• El almuerzo incluye: para de ensalada, leche de recursos locales, platillo principal y otros alimentos adicionales. Se sirven artículos sin gluten precepto panecillo/tortilla/etc. Artículos de el menú son procesados en un lugar donde se manejan cacahuates y otros alérgenos. Servimos los artículos sin gluten pero nuestras cocinas no están libres de gluten. Esta institución ofrece oportunidades de trabajo igualitaria. Los menús son sujetos a cambio sin aviso.