



Lunes no Carne	Taco Tuesday	Miércoles Loco	California Thursday	Viernes Favoritos
  				<p>1</p> <p>Hotdog de Pura Carne ^{GF} en Pan Integral Pizza de Pepperoni receta casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar, Pieza de Queso y Papilla de Manzana ^{GF} Galletas de Chispas de Chocolate y Avena EUSD ^{GF}</p>
4	5	6	7	8
<p>Mini Ravioli con Queso y Marinara ^{GF} Pizza con Piña Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Yogurt ^{GF} y Granola ^{GF} Paleta Helada de Fruta Natural Natural ^{GF}</p>	<p>Tacos Crujientes de Carne Orgánica de Pastoreo ^{GF} Sándwich de Pechuga de Pollo Crujiente Tamal de Chile Verde y Queso ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Pollo a la Naranja y Arroz Integral Quesadilla Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar + Yogurt y Pasas ^{GF}</p>	<p>Sándwich de Albóndigas de Pollo o albóndigas de Pollo y Marinara ^{GF} Pizza Hawaiana Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Pollo Estilo Sureño EUSD Camote Farm Lab en Rodajas Pizza de Pepperoni receta casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar, Pieza de Queso y Papilla de Manzana ^{GF} Galletas de Avena y Pasas EUSD ^{GF}</p>
11	12	13	Día de San Valentín 14	15
<p>Rollo de Lasaña con Queso y Marinara ^{GF} Pizza Margarita Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Yogurt ^{GF} y Granola ^{GF} Paleta Helada de Fruta Natural Natural ^{GF}</p>	<p>Platillo de Burrito con Pollo Chipotle Pupusa de Frijol con Queso ^{GF} Piezas de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla-Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar Orgánica + Yogurt y Pasas ^{GF}</p>	<p>Torre Fiesta Nacho con Carnitas ^{GF} Pizza de Pollo con Salsa BBQ-Receta Casera Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF} Postre Valentín ^{GF} <i>Pizza de Regalo Especial Día de San Valentín</i></p>	<p>Onomástico de Presidente Lincoln, Día Festivo</p>
18	19	20	21	22
<p>Onomástico del Presidente Washington Día Festivo</p>	<p>Baja Fish Tacos con pescado Alaskan Pollocke Pollo y Waffles Pupusa de Frijol con Queso ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Pollo a la Naranja y Arroz Integral Quesadilla Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar Orgánica + Yogurt y Pasas ^{GF}</p>	<p>Rollo de Tortilla de Fajitas de Pollo de Granja Pizza Hawaiana Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Hamburguesa de Carne 100% Natural ^{GF} Hamburguesa con Queso Pizza de Pepperoni receta casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar, Pieza de Queso y Papilla de Manzana ^{GF} Brownies EUSD de Frijol Negro ^{GF}</p>
25	26	27	28	
<p>Spaghetti EUSD con Marinara Farm y Pan con Ajo ^{GF} Pizza con Piña Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Yogurt ^{GF} y Granola ^{GF} Paleta Helada de Fruta Natural ^{GF}</p>	<p>Taco de Pollo Deshebrado ^{GF} Tamal de Chile Verde y Pollo ^{GF} Yogurt Parfait de Bayas ^{GF} con Granola ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Pollo a la Naranja y Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla-Receta Casera ^{GF} Sándwich de Queso y Pavo a la Parrilla-Receta Casera ^{GF} Barra Z Bar Orgánica + Yogurt y Pasas ^{GF}</p>	<p>Macarrón con Queso con Piezas de Pollo Pizza con Carne-Receta Casera ^{GF} Pizza con Queso Receta Casera ^{GF} Sándwich de Crema de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ^{GF}</p>	<p>Cosecha del Mes "Mandarinas de la Región Gold Nugget" En febrero, los estudiantes disfrutarán de Mandarinas Golden Nuggets de Escondido, CA. Estas dulces naranjas, contienen en vitamina C, las cuales serviremos en la barra de ensalada cada Miércoles!</p>

Barra de ensalada: ¡Fresca, de Temporada, De California!

La Barra de ensalada sin límite, a diario es parte del almuerzo escolar a diario, la cual incluye Lechuga Hidropónica Orgánica y vegetales de temporada!

- Lunes:** Bananas pequeña y apio
 - Martés:** Súper rebanadas de manzanas
 - Miércoles:** Mandarinas y pepinos de la región
 - Jueves:** Kiwis de la región
 - Viernes:** Rebanadas de de Naranjas
- Se ofrecen diversos aderezos a diario, incluyendo la opción ^{GF}

Se sirve desayuno a diario en O Knoll y Paul Ecke

El desayuno se sirve a diario de las 7:30-8:00 am
 El precio para estudiantes: \$2.00, precio para adultos: \$3.00

Menú:

- Avena
 - Yogurt y Granola
 - Bagel y queso crema
 - Cinnamon Crumble sano
 - Mini pancakes de maple
 - Rollo de huevo y queso
 - Barras de avena
 - Cereal diverso
 - Muffin Tops
 - Pieza de queso
 - Barras de suero de leche
- Incluye la opción de leche, jugo 100% fruta fresca

Precios de Almuerzos:

Estudiantes \$4.00
 Adultos \$5.00,
 Solamente Barra de Ensaladas, Adultos \$4.50

Contiene puerco: ^{GF}

Sin gluten ^{GF}
 Vegetariano: ^{GF}



-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/eto.
 -Artículos del 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 igualitarias de trabajo. **Los menús son sujetos a cambio sin aviso.