

Lunes sin Carne	Taco Tuesday	Miércoles Loco	California Thursday	Viernes Favorito
3	4	5	6	7
Macarrón con Queso ✓ Pizza con Piña EUSD ✓ Pizza con Queso EUSD ✓ Yogurt GF y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Baja Fish Tacos con Pescado Alaskan Pollock Batido de Naranja GF + Barra Zeezee ✓ Sándwich de Pechuga de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de queso ✓	Pollo a la Naranja Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla ✓ Sándwich de Pavo y Queso a la Parrilla Barra Zeezee, Pieza de Queso y Papilla de Manzana ✓	Sándwich de Pavo y Queso Pizza Hawaiana EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de queso ✓	Hotdog de Pura Carne GF Pizza con Pepperoni EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Barra Z + Yogurt y Pasas ✓ Galletas de Chispas de Chocolate EUSD ✓
10	11	12	13	14
Rollo de Lasaña con Queso ✓ Hamburguesa vegetariana ✓ Pizza con Queso EUSD ✓ Yogurt GF y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Taco de Carnitas Rostizadas Lentamente Tamal de Chile Verde y Queso GF Piezas de Pollo Crujiente Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ✓	Pollo a la Naranja Arroz Integral Quesadilla ✓ Barra Zeezee, Pieza de Queso & Papilla de Manzana ✓	Sándwich de Albóndigas de Pollo y Carne con Salsa Marinara GF Pizza con Salchicha EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ✓	Macarrón con Queso con Pollo Pop Corn Pizza con Pepperoni EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Barra Z + Yogurt y Pasas ✓ Brownies EUSD de Frijol Negro ✓
17	18	19	20	21
Spaghetti EUSD con Salsa Marinara del Huerto & Pan con Ajo ✓ Pizza con Piña EUSD ✓ Pizza con Queso EUSD ✓ Yogurt GF y Granola ✓ Paleta Helada de Fruta Natural ✓	Taco de carne crujiente Pollo y Waffles Pupusa de Frijol con Queso GF Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de queso ✓	Pollo a la Naranja Arroz Integral Sándwich de Queso a la Parrilla ✓ Sándwich de Pavo y Queso a la Parrilla Barra Zeezee, Pieza de Queso y Papilla de Manzana ✓	Nachos con Carnitas Pizza con Pollo y Salsa BBQ EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Sándwich de Crema de Semillas de Girasol y Mermelada + Pieza de Queso ✓	Hamburguesa de Carne Natural 100% GF o Hamburguesa con Queso Pizza con Pepperoni EUSD Pizza con Queso EUSD ✓ Barra Orgánica Z + Yogurt y Pasas ✓ Galleta de Chispas de Chocolate de Avena ✓

**Barra de Ensaladas: Fresca de Temporada, de California!**  
 ¡Ensalada a diario ilimitada, es parte del almuerzo a diario que incluye lechuga cosechada en el huerto de Fam Lab y vegetales de temporada!  
**Lunes:** Bananas petite y Jícama  
**Martes:** Súper rebanadas de manzana  
**Miércoles:** Sandía y pepinos de la región  
**Jueves:** Rebanadas de Naranjas Valencia de la región  
**Viernes:** Nectarinas blancas de California  
 Se ofrecen varios aderezos incluyendo la opción GF

**Precios de almuerzos:**  
 Estudiantes \$4.00  
 Adultos \$5.00,  
 Adultos solo ensalada \$4.50



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 saludable  
 -Mini pancakes de maple  
 -Rollo de huevo y queso  
 Incluye la opción de leche, jugo 100% fruta fresca  
 -Barras de avena  
 -Cereal WG diverso  
 -Muffin Tops  
 -Pieza de queso  
 -Barras de suero de leche

Contiene puerco: Sin Gluten: GF  
 Vegetariano: ✓ Receta casera:

**Cosecha del Mes**  
**"Sandías de la Región"**  
 En junio, los estudiantes disfrutarán de Sandías de la región de Imperial Valley. La sandía es una fuente importante de Vitamina C y también contiene potasio y beta caroteno. Los estudiantes podrán disfrutar de estos melones de la localidad en todas las barras de ensaladas de la escuela, los miércoles de este mes.

-Para los pagos en línea, menús escolares e informes de nutrición visite nuestra nueva aplicación del menú móvil: [www.schoolcafe.com](http://www.schoolcafe.com).  
 Las solicitudes para Almuerzo gratis o a precio reducido están disponibles en el Internet en: [www.schoolcafe.com](http://www.schoolcafe.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 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



Que disfruten el verano!