

DECEMBER 2017

**San Juan Unified School District
DESAYUNO K-8 \$2.00**

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡CONTRATANDO!

Oportunidades de trabajo

Aplique en línea en: www.edjoin.org



Posiciones disponibles pueden incluir:

- Operario de comestibles I
- Operario de comestibles II
- Sustituto Operario de comestibles

Se le puede ofrecer de 2-7 horas al día.

Palitos de tostada francesa
o
Cereal integral**
Tocino de pavo
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

1

Comidas gratis o de precio reducido están disponibles para los estudiantes que cualifican en base al ingreso. Las aplicaciones para las comidas gratis o de precio reducido están en: <http://mealapps.sanjuan.edu>

Aplicaciones impresas están disponibles en:
Oficina de San Juan Central,
Oficina Servicios Nutricionales,
Oficinas de las Escuelas y
Cafeterías Escolares

¿Preguntas sobre las aplicaciones para las comidas?
Llame al: (916) 971-7035

Puede pre-pagar las comidas en:
www.myschoolbucks.com

Menú sujeto a cambio.

*Contiene producto porcino.

**Los cereales Frosted Mini Spooners y Marshmallow Mateys contienen producto porcino. El cereal Honey Scooters no contiene producto porcino.

Toda comida se sirve con una elección de leche 1% de grasa o leche chocolateada sin grasa.

4

Gofres
o
Cereal integral**
Paty de salchicha de res
Peras enlatadas
100% jugo de fruta

5

Estrella de maíz y yogur
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

6

Pizza de desayuno
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

7

Panqueque de canela glaseado
or
Cereal integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

8

Rollo de canela
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

11

Muffin integral
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

12

Enrollado de salchicha panqueque
o
Cereal integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

13

Yogur parfait
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
100% jugo de fruta

14

Panqueque de canela glaseado
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

15

Palitos de totoda francesa
o
Cereal integral**
Tocino de pavo
Durazanos enlatados
Fruta fresca de estación

18

Gofres
o
Cereal integral**
Paty de salchicha de res
Puré de manzana
100% jugo de fruta

19

Pastel de miga
o
Cereal integral**
Durazanos enlatados
Fruta fresca de estación

20

Pizza de desayuno
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de naranja

21

Panqueque de canela glaseado
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

22

--No hay clases--

25

--No hay clases--

26

--No hay clases--

27

--No hay clases--

28

--No hay clases--

29

--No hay clases--

DECEMBER 2017

San Juan Unified School District
ELEMENTARY LUNCH \$3.00

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡CONTRATANDO!

Oportunidades de trabajo

Aplique en línea en: www.edjoin.org



Posiciones disponibles pueden incluir:

- Operario de comestibles I
- Operario de comestibles II
- Sustituto Operario de comestibles

Se le puede ofrecer de 2-7 horas al día.

Pizza de pepperoni*

1

o
 Pizza de queso
Ensalada Súper Héroe
Zanahorias crujientes
Variiedad de vegetales
Variiedad de vegetales frescos
 Fruta enlatada
 Fruta fresca de estación

Comidas gratis o de precio reducido están disponibles para los estudiantes que califican en base al ingreso. Las aplicaciones para las comidas gratis o de precio reducido están en: <http://mealapps.sanjuan.edu>

Aplicaciones impresas están disponibles en:
 Oficina de San Juan Central,
 Oficina Servicios Nutricionales,
 Oficinas de las Escuelas y
 Cafeterías Escolares

¿Preguntas sobre las aplicaciones para las comidas?
 Llame al: (916) 971-7035

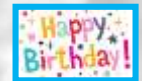
Puede pre-pagar las comidas en: www.myschoolbucks.com

Menú sujeto a cambio.

*Contiene producto porcino

Las comidas en *italica* son del bar de ensaladas

Cada comida se sirve con una elección de leche 1% de grasa o leche chocolateada sin grasa



Celebremos los cumpleaños de diciembre el día 21, con una galleta de Feliz Cumpleaños.

4

Nuggets de pollo
 Galletas Goldfish de Cheddar
 Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
 Chicharos para el poder
 Maíz de oro de piratas
 Duraznos enlatados
 Crujiente de manzana

5

Palitos de tostada francesa
 Paty de salchicha de res
Ensalada Súper Héroe
Palitos de apio
 Bocados de brócoli
 Zanahorias crujientes
 Puré de manzana
 Rodajas de sol

6

Burrito de frijoles
Ensalada Súper Héroe
 Vegetales mixtos
 Salsa
 Maíz de oro de piratas
 Peras enlatadas
 Fruta fresca de estación

7

Sándwich de paty de pollo
 Lechuga picada
 Bocados de brócoli
 Palitos de apio
 Zanahorias crujientes
 Ensalada de frutas
 Fruta fresca de estación

8

Pizza de pepperoni*
 o
 Pizza de queso
Frijoles para tener fuerza
Ensalada Súper Héroe
 Variiedad de vegetales
 Variiedad de vegetales frescos
 Fruta enlatada
 Fruta fresca de estación

11

Nuggets de res Teriyaki
 Panecillo integral
 Puré de papas cremoso
Ensalada Súper Héroe
 Vegetales mixtos
 Zanahorias crujientes
 Bocados de brócoli
 Peras enlatadas
 Crujiente de manzana

12

Pollo y waffles
Ensalada Súper Héroe
 Chicharos para el poder
 Maíz de oro de piratas
 Palitos de apio
 Duraznos enlatados
 Rodajas de sol

13

Sándwich de Wowbutter
 Queso en tiras
Ensalada Súper Héroe
 Ejotes largos y rudos
 Vegetales mixtos
 Zanahorias crujientes
 Puré de manzana
 Fruta fresca de estación

14

Hamburguesa con queso
 Cuñas de papa
 Lechuga picada
 Zanahorias crujientes
 Palitos de apio
 Bocados de brócoli
 Ensalada de frutas
 Fruta fresca de estación

15

Pizza de pepperoni*
 o
 Pizza de queso
Frijoles para tener fuerza
Ensalada Súper Héroe
 Variiedad de vegetales
 Variiedad de vegetales frescos
 Fruta enlatada
 Fruta fresca de estación

18

Muslos de pollo
 Estrella de maíz
 Quéso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
 Chicharos para el poder
 Maíz de oro de piratas
 Peras enlatadas
 Crujiente de manzana

19

Palitos de tostada francesa
 Paty de salchicha de res
Ensalada Súper Héroe
Frijoles para tener fuerza
 Vegetales mixtos
 Zanahorias crujientes
 Ensalada de frutas
 Rodajas de sol

20

Breadsticks de queso
 Salsa Marinara
Ensalada Súper Héroe
 Maíz de oro de piratas
 Palitos de apio
 Bocados de brócoli
 Puré de manzana
 Fruta fresca de estación

21

Sándwich de paty de pollo
 Galleta Feliz Cumpleaños
 Lechuga picada
 Chicharos para el poder
 Bocados de brócoli
 Zanahorias crujientes
 Duraznos enlatados
 Fruta fresca de estación

22

--No hay clases--

25

--No hay clases --

26

--No hay clases--

27

--No hay clases--

28

--No hay clases--

29

--No hay clases --

DECEMBER 2017

ELEMENTARY \$3.00 SECONDARY \$3.50

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡CONTRATANDO!

Oportunidades de trabajo

Aplique en línea en: www.edjoin.org



Posiciones disponibles pueden incluir:

- Operario de comestibles I
- Operario de comestibles II
- Sustituto Operario de comestibles

Se le puede ofrecer de 2-7 horas al día.

Comidas gratis o de precio reducido están disponibles para los estudiantes que cualifican en base al ingreso.

Las aplicaciones para las comidas gratis o de precio reducido están en: <http://mealapps.sanjuan.edu>

Aplicaciones impresas están disponibles en:
Oficina de San Juan Central,
Oficina Servicios Nutricionales,
Oficinas de las Escuelas y
Cafeterías Escolares

¿Preguntas sobre las aplicaciones para las comidas?
Llame al: (916) 971-7035

Puede pre-pagar las comidas en: www.myschoolbucks.com

Menú sujeto a cambio.

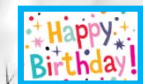
*Contiene producto porcino

Los estudiantes de secundaria pueden también escoger de las comidas subrayadas

Las comidas en *italica* son delbar de ensaladas

Cada comida se sirve con una elección de leche 1% de grasa o leche chocolateada sin grasa

Celebremos los cumpleaños de diciembre el 21 con una galleta de Feliz Cumpleaños



4

Nuggets de pollo
Breadsticks de queso y salsa Marinara
Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Galletas Goldfish de Cheddar
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Chicharos para el poder
Maiz de oro de piratas
Duraznos enlatados
Crujiente de manzana

5

Palitos de tostada francesa
Paty de salchicha de res
Sándwich de Wowbutter
Bocaditos de pollo picante
Ensalada Súper Héroe
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Puré de manzana
Rodajas de sol

6

Burrito de frijoles
Corn Dog
Breadsticks de queso y salsa Marinara
Ensalada Súper Héroe
Salsa
Vegetales mixtos
Maiz de oro de piratas
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

7

Sándwich de paty de pollo
Yogur, queso en tiras y muffin
Nuggets de pollo
Panecillo integral
Lechuga picada
Bocados de brócoli
Palitos de apio
Zanahorias crujientes
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

8

Pizza de pepperoni*
Pizza de queso
Sándwich de paty de pollo picante
Ensalada Súper Héroe
Zanahorias crujientes
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

11

Nuggets de res Teriyaki
Nuggets de pollo
Sándwich de Wowbutter
Queso en tiras
Panecillo integral
Puré de papas cremoso
Ensalada Súper Héroe
Vegetales mixtos
Zanahorias crujientes
Bocados de brócoli
Peras enlatadas
Crujiente de manzana

12

Pollo y Waffles
Burrito de frijoles
Bocados de pollo picante
Panecillo integral
Ensalada Súper Héroe
Chicharos para el poder
Maiz de oro de piratas
Palitos de apio
Duraznos enlatados
Rodajas de sol

13

Sándwich de Wowbutter
Corn Dog
Breadsticks de queso y salsa Marinara
Queso en tiras
Ensalada Súper Héroe
Vegetales mixtos
Ejotes largos y rudos
Zanahorias crujientes
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

14

Hamburguesa con queso
Yogur, queso en tiras y muffin
Nuggets de pollo
Panecillo integral
Cuiñas de papa
Lechuga picada
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

15

Pizza de pepperoni*
Pizza de queso
Sándwich de paty de pollo picante
Frijoles para la fuerza
Ensalada Súper Héroe
Variedad de vegetales
Variedades de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

18

Muslos de pollo
Pollo popcorn
Sándwich de Wowbutter
Queso en tiras
Estrella de maiz
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Chicharos para el poder
Maiz de oro de piratas
Peras enlatadas
Crujiente de manzana

19

Palitos de tostada francesa
Paty de salchicha de res
Burrito de pollo
Bocados de pollo picante
Ensalada Súper Héroe
Frijoles para la fuerza
Vegetales mixtos
Zanahorias crujientes
Ensalada de frutas
Rodajas de sol

20

Breadsticks de queso y salsa Marinara
Nuggets de pollo
Corn Dog
Panecillo integral
Ensalada Súper Héroe
Maiz de oro de piratas
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

21

Sándwich de paty de pollo
Yogur, queso en tiras y muffin
Nuggets de pollo
Galleta de Feliz Cumpleaños
Panecillo integral
Lechuga picada
Chicharos para el poder
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

22

--No hay clases--

25

--No hay clases--

26

--No hay clases--

27

--No hay clases--

28

--No hay clases--

29

--No hay clases--