

MARCH 2018

San Juan Unified School District

DESAYUNO K-8 \$2.00

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

¡CONTRATANDO!

Oportunidades
de trabajoAplique en línea en:
www.edjoin.org

Puestos 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

5

Panqueque de canela
glaseado
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

6

Rollo de canela
o
Cereal integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

7

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

8

Pastel de miga
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

9

Muffin integral
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

12

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

13

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

14

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

15

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

16

Rollo de canela
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

19

Bizcocho integral
o
Cereal integral**
Paty de salchicha de res
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

20

Enrollado de salchicha
panqueque
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

21

Yogur Parfait
o
Cereal integral**
Puré de manzana
100% jugo de fruta

22

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

23

Pastel de miga
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

26

--No hay clases--

27

--No hay clases--

28

--No hay clases--

29

--No hay clases--

30

--No hay clases--

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

**Frosted Mini Spooners y Marshmallow Mateys Cereal contienen producto porcino. Honey Scooters Cereal no contiene producto porcino.

Cada comida se sirve con una elección de leche natural 1% grasa o leche Chocolateada sin grasa.

MARCH 2018

San Juan Unified School District ALMUERZO PRIMARIA \$3.00

Monday

¡CONTRATANDO!

Oportunidades de trabajo

Aplique en línea en:
www.edjoin.org



Puestos 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.

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

5

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

6

Burrito de frijoles
Zanahorias crujientes
Maíz de oro de piratas
Fruta fresca de estación

7

Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

8

Nuggets de pollo
Galletas Goldfish de Cheddar
Zanahorias crujientes
Palitos de apio
Fruta fresca de estación

9

Corn Dog
Frijoles para tener fuerza
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

12

Muslo de pollo
Estrella de maíz
Queso Cheddar rallado
Ensalada súper héroe
Chicharos para el poder
Maíz de oro de piratas
Peras enlatadas
Crujiente de manzana

13

Taco de pollo
Queso Cheddar rallado
Frijoles para tener fuerza
Lechuga picada
Salsa
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

14

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

15

Sándwich de paty de pollo
Lechuga rallada
Chicharos para el poder
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

16

Pizza de pepperoni*
o
Pizza de queso
Ensalada súper héroe
Ejotes largos y rudos
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

19

Pollo Popcorn
Estrella de maíz
Puré de papas cremoso
Queso Cheddar rallado
Ensalada súper héroe
Maíz de oro de piratas
Zanahorias crujientes
Ensalada de frutas
Crujiente de manzana

20

Pollo y gofres
Ensalada súper héroe
Vegetales mixtos
Ejotes largos y rudos
Bocados de brócoli
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

21

Burrito de frijoles
Queso Cheddar rallado
Ensalada súper héroe
Salsa
Maíz de oro de piratas
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

22

Hamburguesa con queso
Galleta de cumpleaños
Lechuga picada
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Pure de manzana
Fruta fresca de estación

23

Pizza de Pepperoni*
o
Pizza de queso
Frijoles para tener fuerza
Ensalada súper héroe
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

26

--No hay clases--

27

--No hay clases--

28

--No hay clases--

29

--No hay clases--

30

--No hay clases--

DÍAS CORTOS: 6 – 9 DE MARZO

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 productos en *italica* son del bar de ensaladas

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



¡Celebremos los cumpleaños de marzo con una galleta de cumpleaños que se ofrece con el almuerzo del 22 de marzo!

MARCH 2018

San Juan Unified School District

K-8 ALMUERZO

PRIMARIA \$3.00 SECUNDARIA \$3.50

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

¡CONTRATANDO!

Oportunidades
de trabajo

Puestos 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.

Aplique en línea en:
www.edjoin.org

5
Nuggets de res Teriyaki
Nuggets de pollo
Sándwich 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

6
Burrito de frijoles
Zanahorias crujientes
Maíz de oro de piratas
Fruta fresca de estación

7
Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

8
Nuggets de pollo
Galletas Goldfish de Cheddar
Zanahorias crujientes
Palitos de apio
Fruta fresca de estación

9
Corn Dog
Frijoles para tener fuerza
Zanahoras crujientes
Fruta fresca de estación

DÍAS CORTOS: 6 – 9 DE MARZO

12
Muslos de pollo
Pollo popcorn
Sándwich Wowbutter

Queso en tiras
Estrella de maíz
Queso Cheddar rallado
Ensalada súper héroe
Chicharos para el poder
Maíz de oro de piratas
Peras enlatadas
Crujiente de manzana

13
Taco de pollo
Burrito de frijoles
Bocados de pollo picante

Frijoles para tener fuerzas
Queso Cheddar rallado
Salsa
Lechuga picada
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

14
Breadsticks de queso
y salsa Marinara
Nuggets de pollo
Corn Dog

Ensalada súper héroe
Maíz de oro de piratas
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

15
Sándwich de paty
de pollo
Yogur, queso en tiras y muffin

Nuggets de pollo
Panecillo integral
Lechuga picada
Bocados de brócoli
Chicharos para el poder
Zanahorias crujientes
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

16
Pizza de pepperoni*
Pizza de queso
Sándwich de paty de pollo picante

Ensalada súper héroe
Ejotes largos y rudos
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

19
Pollo popcorn
Nuggets de res Teriyaki
Sándwich Wowbutter

Queso en tiras
Estrella de maíz
Puré de papas cremoso
Ensalada súper héroe
Queso Cheddar rallado
Maíz de oro de piratas
Zanahorias crujientes
Ensalada de frutas
Crujiente de manzana

20
Pollo y gofres
Breadsticks de queso
y salsa Marinara
Bocados de pollo picante

Ensalada súper héroe
Vegetales mixtos
Ejotes largos y rudos
Bocados de brócoli
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

21
Burrito de frijoles
Corn Dog
Breadsticks de queso
y salsa Marinara

Queso Cheddar rallado
Ensalada súper héroe
Salsa
Maíz de oro de piratas
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

22
Hamburguesa con queso
Yogur, queso en tiras y muffin

Nuggets de pollo
Panecillo integral
Galleta de cumpleaños
Lechuga picada
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Zanahorias crujientes
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

23
Pizza de pepperoni*
Pizza de queso
Sándwich de paty de pollo picante

Ensalada súper héroe
Frijoles para tener fuerza
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

--No hay clases--

--No hay clases--

--No hay clases--

--No hay clases--

--No hay clases--

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

Los estudiantes de secundaria pueden también elegir de la comida subrayada.

Los productos en *italica* son del bar de ensaladas

Cada comida se sirve con una elección de leche natural 1% grasa o leche chocolatada sin grasa.



¡Celebremos los cumpleaños de marzo con una galleta de cumpleaños que se ofrece con el almuerzo del 22 de marzo!