

MAY 2019



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

MONDAY

SCHOOL LUNCH HERO DAY

¡El viernes 3 de mayo, celebre los héroes especiales del almuerzo escolar en su escuela!

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

6

Muffin de grano integral
o
Cereal de grano integral**
Fruta fresca de temporada
100% Jugo de fruta

7

Pizza de desayuno
o
Cereal de grano integral**
Canned Peaches
Fruta fresca de temporada

8

Parfait de yogurt
o
Cereal de grano integral**
Puré de manzana
100% Jugo de fruta

9

Panqueques
o
Cereal de grano integral**
Canned Pears
Fruta fresca de temporada

10

Pan francés
Cereal de grano integral**
Especial del gerente
Tocino de pavo
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

13

Waffles
o
Cereal de grano integral**
Salchicha de res
Duraznos enlatados
100% Jugo de fruta

14

Panqueque
Salchicha de res
o
Cereal de grano integral**
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

15

Pizza de desayuno
o
Cereal de grano integral**
Fruta fresca de temporada
100% Jugo de fruta

16

Panqueques
o
Cereal de grano integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

17

Rollo de canela
Cereal de grano integral**
Especial del gerente
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

20

Muffin de grano integral
o
Cereal de grano integral**
Puré de manzana
100% Jugo de fruta

21

Parfait de yogurt
o
Cereal de grano integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

22

Scone de manzana
y canela
o
Cereal de grano integral**
Fruta fresca de temporada
100% Jugo de fruta

23

Panqueques
o
Cereal de grano integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

24

Pan francés
Cereal de grano integral**
Especial del gerente
Tocino de pavo
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

27

--No hay escuela--

28

Maíz & Yogurt
o
Cereal de grano integral**
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

29

Pizza de desayuno
o
Cereal de grano integral**
Fruta fresca de temporada
100% Jugo de fruta

30

Panqueques
o
Cereal de grano integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

31

Rollo de canela
Cereal de grano integral**
Especial del gerente
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada



Nutrition Services

La comida gratuita o de precio reducido está disponible para los estudiantes que califican basado en los ingresos familiares. La comida de precio reducido-gratis está disponible mediante la solicitud en línea:

<https://mealapps.sanjuan.edu>

Las solicitudes en papel también están disponibles en: La oficina central de San Juan, La oficina de servicios de nutrición, La oficina escolar y Cafeterías.

¿Preguntas sobre las aplicaciones de comida? Llame: (916) 971-7035

Las comidas pueden ser pre-compradas en línea en: www.myschoolbucks.com

Menús sujetos a cambios.

*Contiene productos de cerdo.

**Cereal Frosted Shredded Wheat y cereal Marshmallow Mateys contienen productos de cerdo. El cereal de Honey Scooters no contiene productos de cerdo.

El especial del gerente se ofrece como una tercera opción de platillo todos los viernes durante el mes de mayo.

Cada comida se sirve con una selección de: leche con 1% de grasa o leche con chocolate sin grasa.



MAY 2019



San Juan Unified School District ALMUERZO DE PRIMARIA \$3.00

MONDAY



¡Celebremos los cumpleaños de mayo con una galleta cumpleñera ofrecida con el almuerzo el 30 de mayo!

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

Palomitas de pollo **6**

Maíz
Puré de papas
Queso rallado
Ensalada
Elote amarillo
Zanahorias
Cóctel de fruta
Manzana fresca

Pollo & Waffles **7**

Ensalada
Verdura mixta
Brócoli
Ejotes
Peras enlatadas
Rodajas de naranja

Corn Dog **8**

Frijol variado
Queso rallado
Ensalada
Zanahorias
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

Hamburguesa de queso **9**

Papas
Lechuga rallada
Palitos de apio
Brócoli
Zanahorias
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

Pizza de pepperoni **10**

Pizza de queso
Especial del gerente
Ensalada
Palitos de apio
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

Nuggets de pollo **13**

Gallets Goldfish
Frijol variado
Ensalada
Chicharos
Palitos de apio
Peras enlatadas
Manzana fresca

Pan francés **14**

Salchicha de res
Ensalada
Palitos de apio
Zanahorias
Ejotes
Puré de manzana
Rodajas de naranja

Pan con queso **15**

Salsa Marinara
Ensalada
Brócoli
Verdura mixta
Elote amarillo
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

Sandwich de pollo **16**

Lechuga rallada
Brócoli
Zanahorias
Palitos de apio
Verdura mixta
Fruta fresca de temporada

Pizza de pepperoni **17**

Pizza de queso
Especial del gerente
Ensalada
Elote amarillo
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

Corn Dog **20**

Frijol variado
Ensalada
Brócoli
Zanahorias
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

Palomitas de pollo **21**

Maíz
Puré de papa
Queso rallado
Ensalada
Chicharos
Elote amarillo
Verdura mixta
Rodajas de naranja

Burrito de frijol & queso **22**

Ensalada
Salsa
Verdura mixta
Palitos de apio
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

Hamburguesa de queso **23**

Papas
Lechuga rallada
Chicharos
Brócoli
Zanahorias
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

Pizza de Pepperoni **24**

Pizza de queso
Especial del gerente
Ensalada
Zanahorias
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

--No hay escuela--

Pan francés **28**

Salchicha de res
Ensalada
Brócoli
Palitos de apio
Zanahorias
Puré de manzana
Rodajas de naranja

Pan con queso **29**

Salsa Marinara
Ensalada
Verdura mixta
Elote amarillo
Zanahorias
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

Sandwich de pollo **30**

Galleta cumpleñera
Frijol variado
Lechuga rallada
Brócoli
Palitos de apio
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

Pizza de Pepperoni **31**

Pizza de queso
Especial del gerente
Ensalada
Zanahorias
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada



Nutrition Services

La comida gratuita o de precio reducido está disponible para los estudiantes que califican basado en los ingresos familiares. La comida de precio reducido-gratis está disponible mediante la solicitud en línea:

<https://mealapps.sanjuan.edu>

Las solicitudes en papel también están disponibles en: La oficina central de San Juan, La oficina de servicios de nutrición, La oficina escolar y Cafeterías.

¿Preguntas sobre las aplicaciones de comida?
Llame: (916) 971-7035

Las comidas pueden ser pre-compradas en línea en:
www.myschoolbucks.com

Menús sujetos a cambios.

*Contiene productos de cerdo.

Los elementos en *italica* son para la barra de ensaladas.

El especial del gerente se ofrece como una tercera opción de platillo todos los viernes durante el mes de mayo.

Cada comida se sirve con una selección de: leche con 1% de grasa o leche con chocolate sin grasa.



MAY 2019



San Juan Unified School District ALMUERZO K-8 PRIMARIA \$3.00 SECUNDARIA \$3.50

MONDAY



TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡Celebremos los cumpleaños de mayo con una galleta cumpleñera ofrecida con el almuerzo el 30 de mayo!

Palomitas de pollo
Pan con queso & salsa Marinara

6

Maíz
Puré de papas
Queso rallado
Ensalada
Elote amarillo
Zanahorias
Cóctel de fruta
Manzana fresca

Pollo & Waffles
Burrito de queso & frijol

7

Ensalada
Verdura mixta
Brócoli
Ejotes
Peras enlatadas
Rodajas de naranja

Pan con queso
Pollo picante
Rollo de grano integral
Salsa Marinara
Ensalada
Brócoli
Elote amarillo
Palitos de apio
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

1

Sandwich de pollo
Yogurt, queso en hebra & muffin
Frijol variado
Lechuga rallada
Brócoli
Zanahorias
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

2

Pizza de pepperoni
Pizza de queso
Sandwich de pollo picante
Especial del gerente
Ensalada
Zanahorias
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

3

Nuggets de pollo
Pan con queso & salsa Marinara

13

Gallets Goldfish
Frijol variado
Ensalada
Chicharos
Palitos de apio
Peras enlatadas
Manzana fresca

Pan francés
Salchicha de res
Burrito de frijol & queso

14

Ensalada
Palitos de apio
Zanahorias
Ejotes
Puré de manzana
Rodajas de naranja

Pan con queso
Pollo picante
Salsa Marinara
Ensalada
Brócoli
Verdura mixta
Elote amarillo
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

15

Sandwich de pollo
Yogurt, queso en hebra & muffin
Lechuga rallada
Brócoli
Zanahorias
Palitos de apio
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

16

Pizza de pepperoni
Pizza de queso
Sandwich de pollo picante
Especial del gerente
Ensalada
Palitos de apio
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

17

Corn Dog
Pan con queso & salsa Marinara

20

Frijol variado
Ensalada
Brócoli
Zanahorias
Duraznos enlatados
Fruta fresca de temporada

Palomitas de pollo
Burrito de frijol & queso

21

Maíz
Puré de papa
Queso rallado
Ensalada
Chicharos
Elote amarillo
Verdura mixta
Rodajas de naranja

Burrito de frijol & queso
Pollo picante
Rollo de grano integral
Ensalada
Salsa
Verdura mixta
Palitos de apio
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

22

Hamburguesa de queso
Yogurt, queso en hebra & Muffin
Papas
Lechuga rallada
Chicharos
Brócoli
Zanahorias
Puré de manzana
Fruta fresca de temporada

23

Pizza de pepperoni
Pizza de queso
Sandwich de pollo picante
Especial del gerente
Ensalada
Palitos de apio
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

24

-- No hay escuela --

27

Pan francés
Salchicha de res
Burrito de frijol & queso

28

Ensalada
Brócoli
Palitos de apio
Zanahorias
Puré de manzana
Rodajas de naranja

Pan con queso
Pollo picante
Salsa Marinara
Ensalada
Verdura mixta
Elote amarillo
Zanahorias
Peras enlatadas
Fruta fresca de temporada

29

Sandwich de pollo
Yogurt, queso en hebra & muffin
Galleta cumpleñera
Frijol variado
Lechuga rallada
Brócoli
Palitos de apio
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

30

Pizza de pepperoni
Pizza de queso
Sandwich de pollo picante
Especial del gerente
Ensalada
Palitos de apio
Verdura mixta
Variedad de vegetales frescos
Cóctel de fruta
Fruta fresca de temporada

31

Nutrition Services

La comida gratuita o de precio reducido está disponible para los estudiantes que califican basado en los ingresos familiares. La comida de precio reducido-gratis está disponible mediante la solicitud en línea: <https://mealapps.sanjuan.edu>

Las solicitudes en papel también están disponibles en: La oficina central de San Juan, La oficina de servicios de nutrición, La oficina escolar y Cafeterías.

¿Preguntas sobre las aplicaciones de comida? Llame: (916) 971-7035

Las comidas pueden ser pre-compradas en línea en: www.myschoolbucks.com

Menús sujetos a cambios.

*Contiene productos de cerdo.

Los elementos en *italica* son para la barra de ensaladas.

Los estudiantes en la escuela secundaria también pueden escoger de los objetos subrayados.

El especial del gerente se ofrece como una tercera opción de platillo todos los viernes durante el mes de mayo.

Cada comida se sirve con una selección de: leche con 1% de grasa o leche con chocolate sin grasa.

