

NOVEMBER 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



1
Yogur parfait
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
100% jugo de fruta

2
Panqueque de canela
glaseado
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

3
Palitos de tostada
francesa
o
Cereal integral**
Tocino de pavo
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

6
Gofres
o
Cereal integral**
Paty de salchicha de res
Puré de manzana
100% jugo de fruta

7
Pastel de miga
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

8
Pizza de desayuno
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

9
--No hay clases--

10
Día de los Veteranos
--No hay clases--

13
Muffin integral
o
Cereal integral**
Fruta fresca de estación
100% jugo de fruta

14
Rollo de canela
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

15
Yogur parfait
o
Cereal integral**
Puré de manzana
100% jugo de fruta

16
Pastel de miga
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

17
Bagel integral
o
Cereal integral**
Ensalada de frutas
Fruta fresca de estación

20
--No hay clases--

21
--No hay clases--

22
--No hay clases--

23
Día de Acción de Gracias
--No hay clases--

24
--No hay clases--

27
Rollo de canela
o
Cereal integral**
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

28
Yogur parfait
o
Cereal integral**
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

29
Pastel de miga
o
Cereal integral**
Puré de manzana
100% jugo de fruta

30
Panqueques de canela
esfaltados
o
Cereal integral**
Duraznos enlatados
Fruta fresca de estación

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.



NOVEMBER 2017

San Juan Unified School District ALMUERZO ELEMENTARY \$3.00



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡CONTRATANDO!



**Servicios Nutricionales
Oportunidades de trabajo**



Aplique en línea en: www.edjoin.org

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

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

Pizza de pepperoni*
o
Pizza de queso
Frijoles
Ensalada Súper Héroe
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

Pierna de pollo
Estrella de maíz
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Chicharos
Maíz
Peras enlatadas
Crujiente de manzana

Breadsticks de queso
Salsa Marinara
Ensalada Súper Héroe
Frijoles
Zanahorias crujientes
Bocados de brócoli
Ensalada de frutas
Rodajas de naranja

Pizza de pepperoni*
o
Pizza de queso
Ensalada Súper Héroe
Bocados de brócoli
Palitos de apio
Zanahorias crujientes
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

--No hay clases--

Día de los Veteranos
--No hay clases--

Breadsticks de queso
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Crujiente de manzana

Nuggets de pollo
Galletas Goldfish Cheddar
Zanahorias crujientes
Bocados de brócoli
Fruta fresca de estación

Burrito de frijoles
Maíz
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

Corn Dog
Frijoles
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

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

DÍAS CORTOS: 13- 17 DE NOVIEMBRE

--No hay clases--

--No hay clases--

--No hay clases--

Día de Acción de Gracias
--No hay clases--

--No hay clases--

Corn Dog
Frijoles
Ejotes
Maíz
Zanahorias crujientes
Duraznos enlatados
Crujiente de manzana

Pollo popcorn
Estrella de maíz
Puré de papas cremoso
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Bocados de brócoli
Maíz
Ensalada de frutas
Rodajas de naranja

Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Ensalada Súper Héroe
Vegetales mixtos
Zanahorias crujientes
Palitos de apio
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

Perro caliente
Galleta de Feliz Cumpleaños
Frijoles
Ensalada Súper Héroe
Chicharos
Bocados de brócoli
Puré de manzana
Fruta fresca de estación



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.

Productos en *italica* son del bar de ensaladas

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



¡El 30 de noviembre, celebremos los cumpleaños del mes con una galleta de Feliz Cumpleaños!

NOVEMBER 2017

San Juan Unified School District

ALMUERZO K-8

ELEMENTARY \$3.00 SECONDARY \$3.50



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

¡CONTRATANDO!



**Servicios Nutricionales
Oportunidades de trabajo**

Aplique en línea en:

www.edjoin.org



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

1

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

2

Pizza de Pepperoni*
Pizza de queso
Sándwich de paty de pollo picante
Frijoles
Ensalada Súper Héroe
Variedad de vegetales
Variedad de vegetales frescos
Fruta enlatada
Fruta fresca de estación

3

Pierna de pollo
Pollo popcorn
Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Estrella de maíz
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Chicharos
Maiz
Peras enlatadas
Crujientes de manzana

6

Breadsticks de queso y salsa Marinara
Burrito de frijoles
Bocados de pollo picante
Panecillo integral
Ensalada Súper Héroe
Frijoles
Zanahorias crujientes
Bocados de brócoli
Ensalada de frutas
Rodajas de naranja

7

Pizza de Pepperoni*
Pizza de queso
Nuggets de pollo
Ensalada Súper Héroe
Bocados de brócoli
Palitos de apio
Zanahorias crujientes
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

8

--No hay clases--

9

Día de los Veteranos
--No hay clases--

10

Breadsticks de queso
Palitos de apio
Bocados de brócoli
Crujientes de manzana

13

Nuggets de pollo
Galletas Goldfish Cheddar
Zanahorias crujientes
Bocados de brócoli
Fruta fresca de estación

14

Burrito de frijoles
Maiz
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

15

Corn Dog
Frijoles
Zanahorias crujientes
Fruta fresca de estación

16

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

17

DÍAS CORTOS: 13-17 DE NOVIEMBRE

--No hay clases--

20

--No hay clases--

21

--No hay clases--

22

Día de Acción de Gracias (Thanksgiving)
--No hay clases--

23

--No hay clases--

24

Corn Dog
Breadsticks de queso y salsa Marinara
Sándwich Wowbutter
Queso en tiras
Frijoles
Ejotes
Maiz
Zanahorias crujientes
Duraznos enlatados
Crujientes de manzana

27

Pollo Popcorn
Nuggets de res Teriyaki
Bocados de pollo picante
Estrella de maíz
Puré de papas cremoso
Queso Cheddar rallado
Ensalada Súper Héroe
Bocados de brócoli
Maiz
Ensalada de frutas
Rodajas de naranja

28

Sándwich Wowbutter
Nuggets de pollo
Breadsticks de queso y salsa Marinara
Queso en tiras
Ensalada Súper Héroe
Vegetales mixtos
Zanahorias crujientes
Palitos de apio
Peras enlatadas
Fruta fresca de estación

29

Perro caliente
Yogur, queso en tiras y muffin
Nuggets de pollo
Galleta de Feliz Cumpleaños
Panecillo integral
Frijoles
Ensalada Súper Héroe
Chicharos
Bocados de brócoli
Puré de manzana
Fruta fresca de estación

30

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

Los productos en *italica* son de la barra de ensaladas.

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



¡Celebremos los cumpleaños de Noviembre el día 30 con una galleta de Feliz Cumpleaños!

