


Menú de la escuela primaria - Febrero 2020

<p>3</p> <p>Trozos de pollo empanizado Ejotes</p> <p>Guisado estilo <i>Jambalaya</i> servido sobre arroz integral 🌿</p> <p>Ensalada estilo César 🍷 Ramitos de brócoli 🍷 Rodajas de zanahorias 🍷 Jugo de frutas 100% natural Panecillo 🌿</p>	<p>4</p> <p>Mezcla de tacos de carne de res en una bolsita de totopos Maíz Fritos 🌿</p> <p>Almuerzo pre-empacado V <i>Tiras de queso, huevo duro, panecillo con chispitas de chocolate</i> 🌿</p> <p>Ensalada estilo ranchero 🍷 Tomates uva 🍷 Manzanas 🍷 Panecillo 🍷</p>	<p>5</p> <p>Pizza con salami de carne de pavo y res 🌿</p> <p>Pasta <i>Ziti</i> con queso V 🌿</p> <p>Ensalada estilo César 🍷 Garbanzos Ensalada de broccoli 🍷 Plátanos 🍷</p>	<p>6</p> <p>Panqueques de harina integral</p> <p>Salchicha de carne de cerdo</p> <p>Sándwich de queso derretido V</p> <p>Ensalada estilo ranchero 🍷 Palitos de camote 🍷 Palitos de apio 🍷 Duraznos 🌿</p>	<p>No hay clases 7</p> 
<p>10</p> <p>Medallón de pollo Maíz Hamburguesa 100% de carne de res Maíz</p> <p>Ensalada estilo ranchero 🍷 Rodajas de zanahoria 🍷 Pepinillos encurtidos Taza de puré de manzana Pan para hamburguesa 🌿</p>	<p>11</p> <p>Pizza de queso V 🌿</p> <p>Nachos con carne de res Totopos 🌿</p> <p>Ensalada estilo César 🍷 Palitos de camote 🍷 Coliflor 🍷 Piña</p>	<p>12</p> <p>Trozos de pan con queso al horno para remojar en salsa V Ejotes Salsa marinara</p> <p>Bandeja Bento #1 <i>Cubitos de queso, rodajas de pavo, uvas</i> 🍷, <i>galletitas saladas Goldfish con sabor a queso cheddar</i> 🌿</p> <p>Ensalada estilo ranchero 🍷 Chícharos japoneses Garbanzos Rodajas de pepinos 🍷 Plátanos 🍷</p>	<p>13</p> <p>Trozos de tostada integral sin gluten a la francesa 🌿 Salchicha de cerdo</p> <p>Chili con <i>ingredientes locales</i> y carne de res Fritos 🌿</p> <p>Ensalada estilo César 🍷 Tomates uva 🍷 Palitos de jícama 🍷 Peras</p>	<p>14</p> <p>Perro caliente de pavo Rebanadas de papa sazonada frita</p> <p>Sándwich de albóndigas de carne de res Zanahorias</p> <p>Ensalada estilo ranchero 🍷 Ramitos de brócoli 🍷 Gajos de naranja 🍷 Panes para perro caliente Galleta festiva</p>

Leyenda:

V = vegetariano

🌿 = hecho con cereales integrales

🍷 = fruta u hortaliza fresca

🌿 = El menú incluye un producto del programa de la granja a la escuela.

Precios de los alimentos:

Desayuno: \$1.25

Almuerzo: \$2.60 (Tarifa a precio reducido: 40¢)

Leche para aquellos que "llevan almuerzo de casa": 50¢

*Todas las comidas incluyen leche.

Pague la alimentación y revise la cuenta de su hijo

en línea en: www.mypaymentsplus.com

¿Hará los pagos en la escuela?



Escriba su cheque a nombre de Food & Nutrition.



DISTRITO ESCOLAR METROPOLITANO de MADISON
PROYECTO
DE LA GRANJA A LA ESCUELA
Comidas geniales, escuelas geniales

Semana para realizar actos indiscriminados de bondad (RAKW, por sus siglas en inglés)

A continuación encontrará ideas para celebrar RAKW todos los días. Pueden encontrar más ideas sobre cómo demostrar bondad en www.randomactsofkindness.org incluyendo juego BINGO de la bondad, tarjetas para jugar a las atrapadas y otras ideas especiales para mostrar nuestra bondad todos los días.

17	18	19	20	21
<p>Salchichas pequeñas de pavo recubiertas con masa de harina de maíz Zanahorias</p> <p> Carne de res estilo Teriyaki Arroz integral</p> <p>Ensalada estilo César Ensalada de tres tipos de frijol Palitos de Tomates uva Jugo de frutas 100% natural Fresas</p>	<p>Pizza con salami de carne de pavo y res</p> <p>Sándwich de mantequilla de soya en pan integral tostado</p> <p>Ensalada estilo ranchero Palitos de camote Ensalada de papas Duraznos</p>	<p>Hamburguesa 100% carne de res con queso Trocitos de papa frita</p> <p>Sándwich de pollo con salsa barbacoa Trocitos de papa frita</p> <p>Ensalada estilo César Palitos de nabos Pepinos encurtidos Plátanos Pan para hamburguesa</p>	<p>Almuerzo pre-empacado Tiras de queso Yogur y panecillo con chispitas de chocolate</p> <p>Albóndigas de 100% carne de res estilo sueco Puré de papas</p> <p>Ensalada estilo ranchero Rodajas de pepino Rebanadas de manzanas Panecillo</p>	<p>Trozos de pollo Rebanadas de papa sazonada frita</p> <p>Ensalada estilo taco con carne de res Totopos</p> <p>Ensalada estilo César Ramitos de brócoli Rodajas de zanahorias Peras</p>
<p><i>Idea RAKW: Dale un abrazo a un amigo nuevo y pregúntale cómo le fue en el fin de semana.</i></p>				
<p><i>Idea RAKW: Sonríe y saluda a las personas en el pasillo, aunque no las conozcas.</i></p>				
<p><i>Idea RAKW: cuéntale un chiste y riéte con alguien que está teniendo un mal día.</i></p>				
<p><i>Idea RAKW: Dile a tus amigos que te alegra verlos en la escuela.</i></p>				
<p><i>Idea RAKW: Invita a un amigo nuevo a sentarse junto a ti a la hora del almuerzo o en el autobús</i></p>				
24	25	26	27	28
<p>Trozos de pollo empanizado y papas fritas estilo rejilla</p> <p>Guisado de pollo, cerdo y carne de res estilo Jambalaya servido sobre arroz condimentado Zanahorias Salsa marinara Ensalada estilo ranchero Rodajas de zanahoria Palitos de apio Palitos de jícama Piña</p>	<p>Perro caliente de pavo Rebanadas de papa sazonadas Sándwich de cerdo con salsa barbacoa Rebanadas de papa sazonadas</p> <p>Ensalada estilo César Palitos de apio Ensalada de col Fresas Panes para perro caliente</p>	<p>Trozos de tostadas de pan integral a la francesa Trocitos de salchicha de cerdo Lasaña de queso Palito de pan</p> <p>Ensalada estilo ranchero Tomates uva Ramitos de Coliflor Rebanadas de manzana Plátanos</p>	<p>Pizza de queso Sándwich frío de jamón y queso (preparado con jamón de pavo) Bolillo</p> <p>Ensalada estilo César Palitos de jícama Rodajas de pepinillos Naranjas mandarinas</p>	<p>No hay clases</p> 

Menú de desayuno diario

Todas las opciones de desayuno incluyen tira de queso, variedad de frutas y leche. Se ofrece diariamente un surtido de cereales.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Mini pan integral con canela</p> <p>Frutas disponibles: Pedazos de manzana Jugo de fruta 100% natural</p>	<p>Panecillo de avena y canela</p> <p>Frutas disponibles: Plátanos Taza de puré de manzana</p>	<p>Panecillo horneado en casa</p> <p>Frutas disponibles: Arándanos deshidratados Jugo de fruta 100% natural</p>	<p>Barra casera de cereales o Trenza de hojaldre rellena de cerezas</p> <p>Frutas disponibles: Gajos de naranja Taza de puré de manzana</p>	<p>Panqueque y huevos revueltos</p> <p>Frutas disponibles: Trocitos de piña Jugo de fruta 100% natural</p>