

February 2020

Escuelas Primarias

BREAKFAST

El desayuno consiste de 4 componentes de los cuales los estudiantes tienen que escoger 3. Incluye una porción de fruta o jugo de fruta.

Opción de leche de chocolate sin grasa o leche blanca de 1% también incluida con cada comida



Consejo de nutrición: El consumo de cereales listos para comer fomenta el consumo de leche. En los niños, al menos el 76% del cereal se consume con leche.

Referencia: NHANES 13-14



Monday

Cereal/Galletas
Pan "Bagel"/
Queso crema
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

3

Tuesday

Pizza de Desayuno
Cereal/Galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

Wednesday

Yogur/Barra de Cereal
Cereal/ Galleta
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

Thursday

Salchicha/huevo en
panecillo inglés
"Pop-tart" con galleta
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

Friday

Desayuno en un palito
Pan "Bagel"/
Queso crema
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

Magdalena de chispa de
chocolate o arándano
Galleta
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

10

Pizza de Desayuno
Cereal/Galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

11

Wafle holandés
Cereal/ Trocito de queso
mozzarella
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

12

Trozos de pan tostado
estilo francés con salchicha
"Pop-Tarts" con galleta
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

13

Día del Presidente



14

Día del Presidente



17

Pizza de Desayuno
Cereal/Galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

18

Pan dulce "Honey Bun"
"Pop- Tarts"
Sorteo de galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

19

Salchicha/huevo en
panecillo inglés
"Pop-tart" con galleta
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

20

Envoltura de desayuno
Pan "Bagel"/
Queso crema
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

21

Cereal
"Pop- Tarts"
Sorteo de galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

24

Pizza de Desayuno
Cereal/Galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

25

Pan dulce de canela
"Pop- Tarts"
Sorteo de galletas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

26

Mini-Panqueques
Mini-Donas
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

27

Wafle holandés
Cereal/ Trocito de queso
mozzarella
Fruta fresca/enlatada
Jugo de fruta

28

La cafetería se reserva el derecho de hacer sustituciones de menú según sea necesario.

El USDA y el CDE son proveedores y empleadores de igualdad de oportunidades.