

# MARZO 2018



## ¡Comidas Escolares Paga En Línea!

Para empezar el proceso, da click en la siguiente liga:

<https://wa-edmonds.intouchrecepting.com/>

Leche de la soya disponible a solicitud

Todos los días, a los estudiantes se les ofrece verduras frescas, frutas frescas y fruta enlatada. ¡A los estudiantes se les anima a que tomen todas las frutas y verduras que les sea posible comer! Los estudiantes también pueden escoger leche 1% de grasa o leche con chocolate sin

Comienza la mañana listo para aprender, con un desayuno sustancioso. El desayuno se sirve media hora antes de clases en todas las escuelas. El menú está disponible en el sitio de Internet del Distrito

Disfruta de un almuerzo sustancioso con tres platillos a escoger diariamente.

Jueves Mar 1	Viernes Mar 2
<b>PEDACITOS DE POLLO EMPANIZADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y PURE DE PAPAS CON GRAVY</b>  <b>HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL</b>  <b>YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	<b>LOS NINOS SALEN TEMPRANO</b>  <b>SALCHICHA DE POLLO ENVUELTA EN HARINA INTEGRAL</b>  <b>PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche

**Average Daily Nutrition Mar 1-2** Calories 574, Total Fat 11.6g, Carbohydrate 88.5g, Protein 28.1g, Fiber 8.5g

Lunes Mar 5	Martes Mar 6	Miércoles Mar 7	Jueves Mar 8	Viernes Mar 9
<b>DESAYUNO DE ALMUERZO* (Panqueques de Grano Integral con Chorizos)</b>  <b>HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL</b>  <b>BURRITO INTEGRAL DE FRIJOLES Y QUESO**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	<b>GRAVY DE PAVO CON PURE DE PAPAS Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO</b>  <b>HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL</b>  <b>YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	<b>TACOS SUAVES de TORTILLA de TRIGO con LECHUGA y QUESO y un ROLLO de GRANO INTEGRAL</b>  <b>HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL</b>  <b>PIZZA DE QUESO HECHA CON GRANO INTEGRAL**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	<b>ESPAQUETI DE GRANO INTEGRAL CON SALSA Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO</b>  <b>QUESADILLA HECHA CON GRANO INTEGRAL**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	<b>ALBONDIGAS DE TERIYAKI CON ARROZ INTEGRAL Y BOLLO (PAN) INTEGRAL</b>  <b>HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO</b>  <b>PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**</b>  Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche

**Average Daily Nutrition Mar 5-9** Calories 589, Total Fat 11.3g, Carbohydrate 92.4g, Protein, 29.7g, Fiber 9.4g

Precios de Desayunos y Almuerzos		
No se acepta moneda Canadiense	Primaria	Secundaria
Desayuno de estudiante	\$1.50	\$1.75
Almuerzo de estudiante	\$2.95	\$3.75
Desayuno de estudiante (Precio reducido)	GRATIS	GRATIS
Almuerzo de estudiante (Precio reducido)	Grados K-3 GRATIS	Grados 4-12 Preescolar \$0.40

### SE SOLICITAN SUPLENTE para SERVICIOS ALIMENTICIOS Y CAJERAS:

Si desea aplicar, por favor vaya a la página web del Distrito Escolar de Edmonds y haga clic en Empleo/Aplique Ahora Busque Ofertas de Trabajo/Substitute Food Service Worker o Food Service Cashier/Aplique para las posiciones seleccionadas). Si necesita más información llame al **425-431-7076**

Los cheques usados para pagar las comidas de los estudiantes deben ser hechos a nombre de "Edmonds School District." Por favor, visite la página del Servicio de Comida en el sitio de Internet del Distrito para obtener información acerca de:  
· comida con precio reducido o gratis.

El Distrito no usa deliberadamente productos que contengan ingredientes de cacahuate (maní); sin embargo, debido a las sustituciones de los proveedores, el uso de equipos mixtos, y las prácticas en materia de etiquetado, el Distrito no puede garantizar la ausencia de ingredientes de cacahuate (maní) en sus comidas preparadas.

EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS DEBIDO A LA DISPONIBILIDAD DE LOS PRODUCTOS.

\*Puede Contener Puerco

\*\*Platillo sin Carne

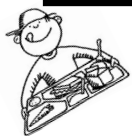
Precios de Desayunos y Almuerzos 2017-2018		
No se acepta moneda Canadiense	Primaria	Secundaria
Desayuno de estudiante	\$1.50	\$1.75
Almuerzo de estudiante	\$2.95	\$3.75
Desayuno de estudiante (Precio reducido)	GRATIS	GRATIS
Almuerzo de estudiante (Precio reducido)	Grados K-3 GRATIS	Grados 4-12 Preescolar \$0.40

Menú de Almuerzos de escuelas Primarias del Distrito Escolar de Edmonds

Lunes Mar 12	Martes Mar 13	Miércoles Mar 14	Jueves Mar 15	Viernes Mar 16
PEDACITOS DE POLLO EMPANIZADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y ELOTE	PEDAZOS DE POLLO A LA TEREYAKI SERVIDOS CON ARROZ INTEGRAL	LOS NINOS SALEN TEMPRANO K-6	LOS NINOS SALEN TEMPRANO K-6	<b>DIA PROFESIONAL DEL DEL  HOY NO HAY ESCUELA</b>
HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	
TEXAS TOSTADAS**	PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**	SANDWICH TOSTADO DE QUESO EN UN PAN INTEGRAL**	YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**	
Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	

Average Daily Nutrition Mar 12-16 Calories 608, Total Fat 13.1g, Carbohydrate 93.7g, Protein 31.2g, Fiber 9.5g

**School Meals**  
We serve education every day™



¡Todos los alimentos traen el valor, el sabor y nutrición empacados!

La nutrición es nuestro negocio. Ven y acompañamos durante el desayuno y almuerzo!

Lunes Mar 19	Martes Mar 20	Miércoles Mar 21	Jueves Mar 22	Viernes Mar 23
TACO SALAD DE CARNE con queso y lechuga, SERVIDA EN UN CRUJIENTE TAZÓN DE TORTILLA	PIERNA DE POLLO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y PURE DE PAPAS CON GRAVY	DESAYUNO DE ALMUERZO* (Panqueques de Grano Integral con Chorizos)	ALBONDIGAS EN UNA SALSA AGRIDULCE CON ARROZ Y PAN INTEGRAL	PEDACITOS DE PESCADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO
HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL
PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**	SANDWICH fácil de MERMELADA (Libre de Cacahuates)**	BURRITO INTEGRAL DE FRIJOLE Y QUESO**	QUESADILLA HECHA CON GRANO INTEGRAL**	PIZZA DE QUESO HECHA CON GRANO INTEGRAL**
Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche

Average Daily Nutrition Mar 19-23 Calories 609, Total Fat 13.3g, Carbohydrate 91.8g, Protein 31.4g, Fiber 9.4g

## MARZO 2018

Información adicional acerca de nutrición y alergias está disponible en el sitio web del Distrito y bajo petición. Si tiene preguntas sobre el menú o el programa de comida, por favor póngase en contacto con Jill Harrison, Food & Nutrition Services Operation Manager, al teléfono 425-431-7076.

Esta institucion es una proveedora de igualdad de oportunidades.

Lunes Mar 26	Martes Mar 27	Miércoles Mar 28	Jueves Mar 29	Viernes Mar 30
MACHO NACHOS HECHOS CON TORTILLAS DE GRANO INTEGRAL	POLLO DULCE Y ACIDO SERVIDO CON ARROZ INTEGRAL	PIZZA DE PEPERONI HECHA CON GRANO INTEGRAL*	PEDACITOS DE POLLO EMPANIZADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y PURE DE PAPAS CON GRAVY	SALCHICHA DE POLLO ENVUELTA EN HARINA INTEGRAL
HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL	HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN INTEGRAL
TEXAS TOSTADAS**	MACARRONES DE HARINA INTEGRAL CON SALSA DE QUESO Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO**	QUESADILLA HECHA CON GRANO INTEGRAL**	YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**	PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**
Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche	Fruta y Vegetales Frescos Opcion de Leche

Average Daily Nutrition Mar 26-30 Calories 607, Total Fat 12.5g, Carbohydrate 94.6g, Protein 30.3g, Fiber 9.6g