

SEPTIEMBRE 2017



Miércoles Sept 6	Jueves Sept 7	Viernes Sept 8
BIENVENIDOS	PEDACITOS DE POLLO EMPANIZADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y ELOTE	CARNE MOLIDA EN SALSA DE TOMATE EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO
PIZZA DE PEPERONI HECHA CON GRANO INTEGRAL*	HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO
HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**	PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**
QUESADILLA 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

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

Average Daily Nutrition Sept 6-8 Calories 633, Total Fat 11.8g, Carbohydrate 102.8g, Protein 30.7g, Fiber 11.2g

Lunes Sept 11	Martes Sept 12	Miércoles Sept 13	Jueves Sept 14	Viernes Sept 15
DESAYUNO DE ALMUERZO* (Panqueques de Grano Integral con Chorizos)	GRAVY DE CARNE MOLIDA CON PURE DE PAPAS Y PAN INTEGRAL	TACO DE CARNE DE RES MOLIDA EN UNA TORTILLA DE HARINA INTEGRAL Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	ESPAGUETIS DE GRANO INTEGRAL CON SALSA Y PAN INTEGRAL	POLLO CHINO EN SALSA DE NARANJA CON ARROZ INTEGRAL
HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO
BURRITO INTEGRAL DE FRIJOLE Y QUESO**	YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**	PIZZA DE QUESO HECHA CON GRANO INTEGRAL**	QUESADILLA HECHA CON GRANO INTEGRAL**	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 Sept 11-15 Calories 598, Total Fat 11.6, Carbohydrate 94.0, Protein 30.1g, Fiber 9.2g

Lunes Sept 18	Martes Sept 19	Miércoles Sept 20	Jueves Sept 21	Viernes Sept 22
PEDACITOS DE POLLO EMPANIZADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y ELOTE	POLLO EN SALSA DE TERIYAKI CON ARROZ Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	PIZZA DE PEPERONI HECHA CON GRANO INTEGRAL*	MACHO NACHOS HECHOS CON TORTILLAS DE GRANO INTEGRAL	PEDACITOS DE PESCADO CON PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO Y ELOTE
HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO
SANDWICH fácil de MERMELADA (Libre de Cacahuates)**	PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**	MACARRONES DE HARINA INTEGRAL CON SALSA DE QUESO Y PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO**	YOGURT DE FRESAS Y QUESO CON GALLETITAS INTEGRALES**	BURRITO INTEGRAL DE FRIJOLE Y 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 Sept 18-22 Calories 633, Total Fat 13.8g, Carbohydrate 98.1g, Protein, 30.9g, Fiber 10.0g

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



Comidas Escolares Paga En Línea!

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

www.edmonds.wednet.edu/PayOnline

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.

*Puede Contener Puerco
**Platillo sin Carne

Leche de la soya disponible a solicitud



<https://www.facebook.com/ESDFoodandNutritionServices/>

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

SEPTIEMBRE 2017

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



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.



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

Lunes Sept 25	Martes Sept 26	Miércoles Sept 27	Jueves Sept 28	Viernes Sept 29
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	LOS NINOS SALEN TEMPRANO
HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	HAMBURGUESA DE POLLO EN PAN INTEGRAL DE GRANO ENTERO	ALMUERZO de PICNIC 2 MINI HOT DOGS
PANECITOS INTEGRALES RELLENOS DE QUESO**	TEXAS TOSTADAS**	BURRITO INTEGRAL DE FRIJOLE Y QUESO**	QUESADILLA HECHA CON GRANO INTEGRAL**	SANDWICH TOSTADO DE QUESO EN UN PAN 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

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 grasa.

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 Barbara Lloyd, dietista registrada y Directora del Programa de Servicios de Alimentos y Nutrición, al teléfono 425-431-7073.

Esta institución brinda igualdad de oportunidades.

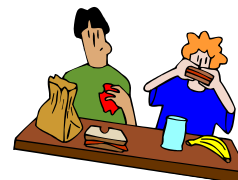
Average Daily Nutrition Sept 25-29 Calories 613, Total Fat 14.3g, Carbohydrate 90.9g, Protein 31.2g, Fiber 9.1g

SE SOLICITAN SUPLENTEs 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**

*Puede Contener Puerco
**Platillo sin Carne



El Distrito no usa deliberadamente productos que contengan ingredientes de cacahuete (mani); 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 cacahuete (mani) en sus comidas preparadas.