



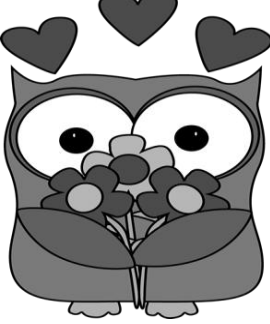

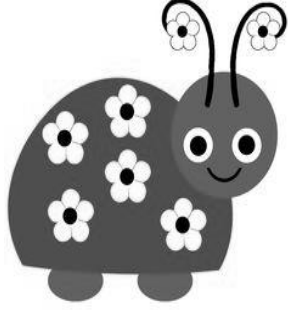
# Febrero



Un almuerzo completo es: Una Proteína / granos Entrée, 1/2 taza de fruta, 3/4 de taza de vegetales, y la mitad-litro de leche.

Los estudiantes pueden seleccionar menos comida, pero debe ser cumplido por lo menos 1/2 taza de fruta o verdura en el almuerzo todos los días.

Una selección de sándwiches fríos están disponibles todos los días como una opción de plato principal.

<p><b><u>LOS PRECIOS DIARIOS</u></b></p> <p>Desayuno - \$.75 Almuerzo - \$1.60</p> <p>Desayuno Reducido - \$.30 Almuerzo Reducido - \$.40</p> <p>Desayuno Adultos - \$1.50 Almuerzo Adultos - \$3.00</p>		<p><b>Miércoles 2/1</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Espagueti con Salsa de Carne y Tostada Texas Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Guisantes con Mantequilla Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Jueves 2/2</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Taza de Fruta y Yogur Quesadilla de Pollo Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Mezcla de Verduras Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Viernes 2/3</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Sándwich de Pollo Picante Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Ensalada Adicional Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>
<p><b>Lunes 2/6</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Pollo a la Parmesana con un Panecillo Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Maíz con Mantequilla Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Martes 2/7</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Conchas de Pasta Rellenas de Queso con un Colín Sándwich de Carne Molida Entomatada Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Ensalada Adicional Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Miércoles 2/8</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Taco de Pescado con Lechuga y Tomate Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Frijoles Refritos Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Jueves 2/9</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Salchicha de Pavo Empanada de Pepperoni de Pavo Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Judías Verdes Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Viernes 2/10</b></p> <p><b>La Salida Temprana</b></p> <p><b>El Menú del Gerente</b></p> 
<p><b>Lunes 2/13</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Macarrones con Queso y un Panecillo Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Col Rizada al Vapor Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Martes 2/14</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Sándwich de Filete de Pollo con Lechuga y Tomate Un Bufé de Nacho Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Frijoles Negros Condimentados Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche - Galleta de San Valentín</p>	<p><b>Miércoles 2/15</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Salchichas de Pavo Empanadas con Harina de Maíz Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Mezcla de Verduras Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Jueves 2/16</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Taza de Fruta y Yogur Bistec Salisbury con Panecillo Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Puré de Papas Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Viernes 2/17</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Hamburguesa con Lechuga y Tomate Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Ensalada Adicional Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>
<p><b>Lunes 2/20</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Fajita de Pollo con Arroz Integral Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Frijoles Refritos Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Martes 2/21</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Tiras de Pescado con un Panecillo Calzones de Pepperoni y Queso Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Maíz con Mantequilla Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Miércoles 2/22</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Un Bufé de Papas Horneadas con un Colín Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Brócoli al Vapor Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Jueves 2/23</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Sándwich de Queso a la Plancha Salchicha Italiana y Cazuela de Papas Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Sopa de Tomate Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Viernes 2/24</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Macarrones con Carne de Res con un Panecillo Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Judías Verdes Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>
<p><b>Lunes 2/27</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Pavo Caliente, Queso, y Tocino en Pan con Lechuga y Tomate Selección de Pizza Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Brócoli al Vapor Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>	<p><b>Martes 2/28</b></p> <p><b>Seleccionar 1 plato:</b> Pollo Asado con un Panecillo Sándwich de Filete de Pescado Un Bufé de Ensalada con Panecillo Integral o Galletas Saladas</p> <p><b>Seleccione un máximo de 2 verduras y 1 fruta:</b> Maíz con Mantequilla Crudo Vegetales Tazo Surtido de la fruta La Leche</p>		<p><b><u>Desayuno</u></b></p> <p>Lu - Sándwich de Panecillo Ma - Pizza de Desayuno Mi - Panqueques o Gofres Ju - Sándwich de Panecillo Vi - Panqueques y Salchichitas o Escoger 2 Desayunos Continental Diario</p> <p><b><u>Diario</u></b> Fruta Fresca, 100% Jugo de Fruta Elección de Leche</p>	

Los menús se pueden cambiar debido a la disponibilidad de productos.

Se puede acceder a la información nutricional por llamar a Andrea Early en la oficina de programas de nutrición por 437-3300 o por correo electrónico: aearly@harrisonburg.k12.va.us  
Se puede mandar el dinero en efectivo y los cheques a la escuela con su estudiante para las cuentas de comida.

Por favor asegúrese de anotar el número de la cuenta de comida de su hijo/a en el sobre o sobre la línea llamada "Memo" en el cheque.

Se puede pagar electrónicamente (por una tarifa plana de \$2.50 por cada transacción) por crear una cuenta en [www.myschoolbucks.com](http://www.myschoolbucks.com).

Además, se puede usar este sistema para ver los saldos y las compras (gratis).

**Por favor, pagar los gastos de comida en el momento oportuno.**

USDA es un proveedor y un empleador que ofrece igualdad de oportunidad.

