SERVICIOS DE NUTRICION DEL DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE MANTECA

MENÚ DE LA ESCUELA SECUNDARIA DE WESTON RANCH

CICLO DE MENU DEL 9 DE NOVIEMBRE DE 2009 AL 28 DE MAYO DE 2010

Cougars... Roar to Success

BREAKFAST

Disponible a Diario
Leche
Jugo de Naraja
Surtido de Fruta Fresca
Surtido de Galletas

Para Escojer Uno
Burrito para el Desayuno****
Pretzel Suave con Queso de Nachos
Mini Pancakes
Barrita de Cereal Tostado de Canela
Pan de Miel
Mini Hamburguesas ✔
Bagel con Crema de Queso

Energize Your Day

PRECIOS DE DESAYUNO PRA LA ESCUELA SECUNDARIA

El Precio Completo del Estudiante:	$1.00
Estudiante Calificado* de Precio Reducido:	$.25
Precio de Adulto:	$1.50

PRECIOS DE ALMUERZO PAR LA ESCUELA SECUNDARIA

El Precio Completo del Estudiante:	$1.75
Estudiante Calificado* de Precio Reducido:	$.40
Precio de Adulto:	$2.50

ANALISIS DE NUTRICION

Desayuno			Almuerzo		
Analisis Nutritivo	Meta	Prom Diario	Analisis Nutritivo	Meta	Prom Diario
Calorias	518	512	Calorias	691	687
Hierro	2.8mg	2.7mg	Hierro	3.73mg	6.30mg
Grasa	<30%	18.8%	Grasa	<30%	27.05%
Grasa Sat	<10%	6.6%	Grasa Sat	<10%	7.87%
Vitamina C	11mg	87mg	Vitamina C	15.6mg	15.62mg

~ ~ ~ *Estudiantes se benefician de almuerzo gratis a precios reducido, tambien califican para comidas gratis a precio reducido del desayuno! ~ ~ ~
~ ~ ~ Solicitudes de comida gratis o de precio reducido se aceptan en cualquier momento durante el ano escolar. ~ ~ ~

ALMUERZO

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
Pizza de Pepperoni****	Pizza de Pepperoni****	Pizza de Pepperoni****	Pizza de Pepperoni****	Pizza de Pepperoni****
Pizza de Queso***	Pizza de Queso***	Pizza de Queso***	Pizza de Queso	Pizza de Queso***
Sandwich de Pollo*	Sandwich de Pollo*	Sandwich de Pollo*	Sandwich de Pollo*	Sandwich de Pollo*
Tostitos con Queso y Jalapenos***	Burrito de Chile Verde**	Burrito con Carne, Frijoles con Chile Rojo ✔	Burrito de Chile Verde**	Burrito de Frijoles con Queso***
Deli Sandwich**	Berry Treasure Parfait ***	Deli Sandwich**	Berry Treasure Parfait ***	Deli Sandwich**
Pollo Picante*	Pollo Picante*	Pollo Picante*	Pollo Picante*	Pollo Picante*
Ensalada de Pollo*	Ensalada de Pollo*	Ensalada de Pollo*	Ensalada de Pollo*	Ensalada de Pollo*
Especial	**Especial**	**Especial**	**Especial**	**Especial**
Sandwich de Barbacoa**	Chow Mein de Pollo*	Palitos Basco de Queso con Salsa Marinara***	Pata de Puma ✔ (Una Tortilla de Harina con Carne Sazonada , Salsa y Queso)	Pollo Ranchero con Pan Plano*

*Pollo **Pavo ***Sin Carne ***Cerdo ✔ Res
(Eleccion se Ofrece Diario)

Dario con Todas las Selecciones:
Seleccion de Chocolate Descremada o Leche Blanca 1%
Seleccion de Surtido de Galletas

Visite nuestro sitio del web en: www.mantecausd.net/lunchroom
Para pagar por adelantado usando e-Funds.
Visite: www.mantecausd.net/BusinessServices/Nutrition Services
Para menus y otros interesantes programas del Servicio de Nutricion

Frescas Opciones Disponibles Incluyen:

Ensalada Verde Y Crujiente
con Surtido de Apósitos
*** Legumbres Frescas**
*** Frutas Frescas de Temporada**

*** A Reserva de Cambio**
Opciones Frescas son Parte de la Comida
Sin Cargo Extra!