Escuela Primaria Glide

Menú



DESAYUNO **Los estudiantes deben elegir 3 de los 4 artículos del desayuno.** **1 DEBE SER FRUTA o verdura (mínimo ½ taza).**	**Opciones de almuerzo diario Sándwich de mantequilla de maní o de semillas de girasol (SunButter) con mermelada** Almuerzo: Los estudiantes deben elegir 3 de los 5 componentes y 1 de ellos debe ser ½ taza de fruta o verdura.

La barra de opciones diarias incluye: frutas y verduras frescas y enlatadas a diario, además de leche blanca al 1% o leche con chocolate sin grasa.
Todos los productos de grano ofrecidos son integrales.
El desayuno y el almuerzo se ofrecen sin costo para los estudiantes.

30	1	2	3	4
Desayuno: Muffin de arándanos WG o Desayuno completo de chispas de chocolate WG **Almuerzo:** Hamburguesa con queso o patatas fritas o Sándwich de atún Fishpatrick's	**Desayuno:** Bagel integral con queso crema o batido Hulk con galletas integrales tipo Graham **Almuerzo:** Burrito de frijoles y queso (vegetariano) o Ensalada del chef con panecillo integral	**Desayuno:** Frudel de manzana o parfait de panqueques **Almuerzo:** fideos yakisoba o sándwich de jamón y queso	**Desayuno:** Sándwich de jamón, huevo y queso o bagel integral con queso crema **Almuerzo:** Nuggets de pollo con papas fritas o sándwich americano	**No hay clases el viernes**
7	**8**	**9**	**10**	**11**
Desayuno: Bagel integral con queso crema o galleta integral con chispas de chocolate **Almuerzo:** Hamburguesa (con o sin queso) con papas fritas, o sándwich de pavo y queso cheddar	**Desayuno:** Frudel de manzana o batido de pera del Pacífico Noroeste con galleta Graham integral **Almuerzo:** Chili texano con pan de maíz o ensalada del chef con panecillo integral	**Desayuno:** Tortitas integrales con arándanos o yogur cremoso con galletas Graham **Almuerzo:** Sándwich de cerdo a la barbacoa con patatas fritas o sándwich americano	**Desayuno:** Panqueque con salchicha en palito o batido de durazno con galletas tipo Graham integrales **Almuerzo:** Palitos de pan con queso y salsa marinara o wrap de pavo y queso cheddar	**No hay clases el viernes**
14	**15**	**16**	**17**	**18**
Desayuno: Muffin de arándanos WG o Desayuno completo de chispas de chocolate WG **Almuerzo:** Hamburguesa con queso o patatas fritas o Sándwich de jamón y queso cheddar	**Desayuno:** Bagel de grano integral con queso crema o parfait de panqueques **Almuerzo:** Quesadilla de pollo con queso o ensalada del chef con panecillo de grano integral	**Desayuno:** Apple Frudel (pastelito de manzana) o batido de arándanos silvestres con galletas tipo «graham» de grano integral **Almuerzo:** ¡Día de pizza! Pizza de queso o de pepperoni, o sándwich de pavo y queso cheddar	**Desayuno:** Sándwich de jamón, huevo y queso, o bagel integral con queso crema **Almuerzo:** ¡Cena festiva! Pavo, salsa, puré de papas y panecillo integral, o ensalada del chef con panecillo integral	**No hay clases el viernes**

Vacaciones de invierno
¡Nos vemos el 4 de enero!

Menú sujeto a cambios



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.