







Distrito Escolar del Condado de Palm Beach

www.palmbeachschools.org/sfs

Menú de Desayuno Estándar Febrero del 2012



Animamos a los padres para que paguen con anterioridad en línea las comidas de sus hijos. Pueden encontrar el enlace en nuestro sitio web.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
 <p>¡Para obtener información sobre nutrición de las comidas escolares, visita Health-e Living! ¡El enlace se encuentra en nuestro sitio web!</p>	 <p>Pagos en línea de los alimentos</p>	<p>1 Pizza Panqueque Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>2 Rosquillas pequeñas con huevo y queso Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>3 Panecillo con pollo Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>
<p>6 Tostada a la francesa cortada en tiras Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>7 Panecillo con salchicha y queso Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>8 Huevos revueltos Panecito "Baker's Delight" Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>9 Empanada de queso Mozzarella Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>10 Panecillo con jamón canadiense y huevo Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>
<p>13 Tostada a la francesa con canela Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>14 Enrollado de panqueque Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>15 Pizza Panqueque Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>16 Rosquillas pequeñas con huevo y queso Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>17 Panecillo con pollo Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>
<p>20 Día de los Presidentes</p> 	<p>21 Panecillo con salchicha y queso Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>22 Huevos revueltos Pasteles de hojaldre Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>23 Empanada de queso Mozzarella Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>24 Panecillo con jamón canadiense y huevo Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p> 
<p>27 Tostada a la francesa con canela Desayuno preempacado Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>28 Enrollado de panqueque Yogur Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>29 Pizza Panqueque Variedad de cereales fríos Cereal caliente* Tostada de trigo integral al 100%</p>	<p>¡Febrero está dedicado a la salud del corazón en los Estados Unidos!</p> <p>Enfócate en la prevención de las enfermedades cardiovasculares:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Has que toda la familia esté físicamente activa. Camina, monta en bicicleta, nada, dedícate a la jardinería o juega a la pega pega. • Juega a leer las etiquetas de los alimentos para seleccionar los más saludables, bajos en grasa y ricos en fibra. 	
<p>Para una comida completa, los estudiantes pueden elegir un plato principal que incluya un alimento del grupo de los GRANOS O PANES, CARNES O SU EQUIVALENTE ALTERNO, UNA SELECCIÓN DE FRUTA (FRUTA FRESCA, FRUTAS EN CONSERVA O JUGO DE FRUTA 100% NATURAL) y una SELECCIÓN DE LECHE. El asterisco (*) indica un ALIMENTO ADICIONAL que puede ser seleccionado del grupo de los panes o granos, además del que se incluye con el plato principal. El menú está sujeto a cambios.</p>				

De acuerdo con la Ley Federal y las Normas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés), esta institución tiene prohibido discriminar basándose en la raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad. Para presentar una queja por discriminación, escriban a USDA, Director, Office of Adjudicación, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410 o llamen al (866) 632-9992 (mensaje de voz). Las personas que tienen problemas de audición o tienen discapacidad en el habla pueden comunicarse con USDA por medio del Servicio de Retransmisión Federal al (800) 877-8339 o al (800) 845-6136 (español). El USDA es un empleador y proveedor de oportunidades equitativas.