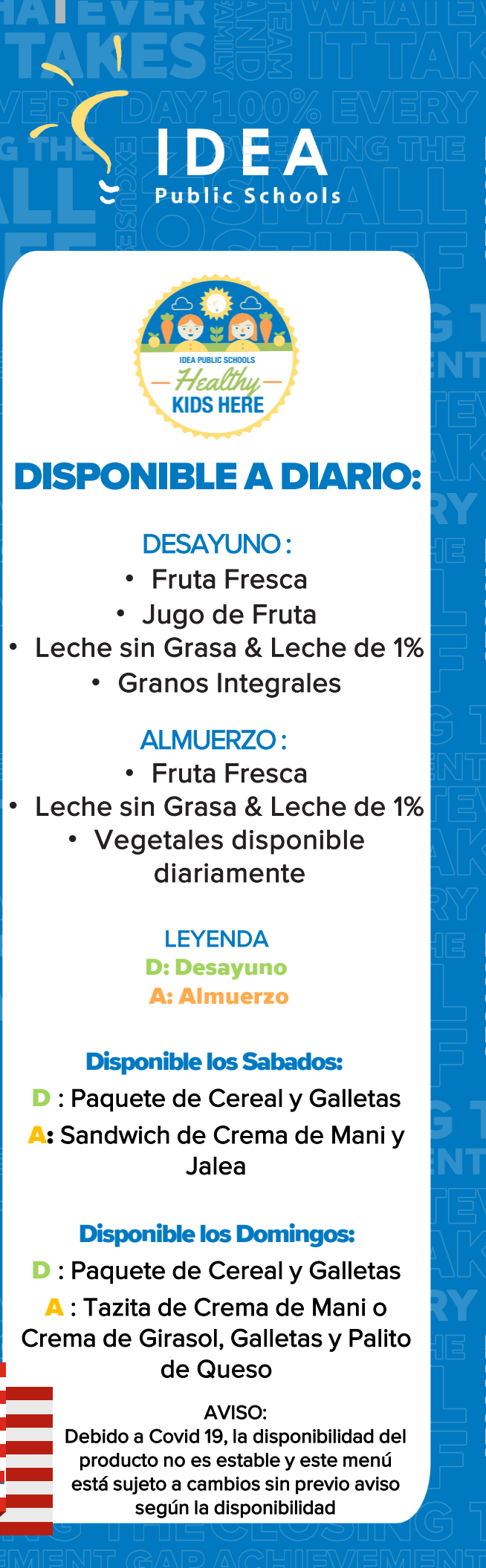
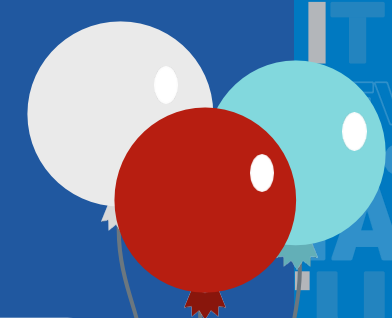


Menu para Llevar de Julio 2020



Texas

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
		B Taco de Huevo, Queso y Pavo L Palitos de Pan y Queso y Salsa Marinara 1	B Paquete de Cereal y Galletas L Tamales de Res 2	B Panecito de Jengibre L Burrito de Carne Deshebrada 3
B Granola y Yogur L Cubitos de pollo con Panesito 6	B Paquete de Cereal y Galletas L Kolache de Cerdo y Res 7	B Taco de Huevo, Queso y Pavo L Pizza Personal 8	B Paquete de Cereal y Galletas L Sandwich de Panqueque 9	B Mini Panqueques L Burrito de Pollo Verde 10
B Mini Waffles L Pechuga de Pavo Rebanada con Pan Integral 13	B Paquete de Cereal y Galletas L Kolache de Cerdo y Res 14	B Taco de Huevo, Queso y Pavo L Palitos de Pan y Queso y Salsa Marinara 15	B Paquete de Cereal y Galletas L Tamales de Res 16	B Panecito de Jengibre L Burrito de Carne Deshebrada 17
B Granola y Yogur L Cubitos de pollo con Panesito 20	B Paquete de Cereal y Galletas L Kolache de Cerdo y Res 21	B Taco de Huevo, Queso y Pavo L Pizza Personal 22	B Paquete de Cereal y Galletas L Sandwich de Panqueque 23	B Mini Panqueques L Burrito de Pollo Verde 24
B Mini Waffles L Pechuga de Pavo Rebanada con Pan Integral 27	B Paquete de Cereal y Galletas L Kolache de Cerdo y Res 28	B Taco de Huevo, Queso y Pavo L Palitos de Pan y Queso y Salsa Marinara 29	B Paquete de Cereal y Galletas L Tamales de Res 30	B Panecito de Jengibre L Burrito de Carne Deshebrada 31

DISPONIBLE A DIARIO:

DESAYUNO:

- Fruta Fresca
- Jugo de Fruta
- Leche sin Grasa & Leche de 1%
- Granos Integrales

ALMUERZO:

- Fruta Fresca
- Leche sin Grasa & Leche de 1%
- Vegetales disponible diariamente

LEYENDA

- D:** Desayuno
- A:** Almuerzo

Disponible los Sabados:

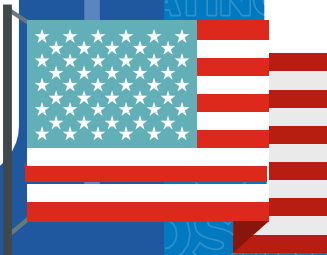
- D** : Paquete de Cereal y Galletas
- A**: Sandwich de Crema de Mani y Jalea

Disponible los Domingos:

- D** : Paquete de Cereal y Galletas
- A** : Tazita de Crema de Mani o Crema de Girasol, Galletas y Palito de Queso

AVISO:

Debido a Covid 19, la disponibilidad del producto no es estable y este menú está sujeto a cambios sin previo aviso según la disponibilidad



Información sobre Comidas para Llevar

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Horario de Servicio de Comida: Lunes a Viernes de 7am a 10am

Comidas disponibles para niños menores de 18 años.

Debido a las regulaciones estatales, no podemos proporcionar Cena para Sábado y Domingo

Traiga uno (1) de los siguientes para cada niño que necesite una comida:

1. Carta del distrito / correo electrónico / aplicación electrónica de la escuela que enumera a los niños inscritos (esto incluye cartas / correos electrónicos enviados por IDEA a las familias con respecto a la inscripción / inscripción)
2. Una boleta de calificaciones del estudiante (en papel o electrónica) del año escolar 2019-2020
3. Un certificado de nacimiento para niños no matriculados en la escuela.
4. Un registro oficial de asistencia (en papel o electrónico) con el nombre del estudiante en el registro

5. Tarjetas de identificación del estudiante

Los niños no necesitan estar presentes para recibir comidas si la documentación aprobada (como se recalca arriba) se muestra en la recolección de comidas.

En conformidad con la ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de Derechos Civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo real, identidad de género (incluida la expresión de género), orientación sexual, discapacidad, edad, estado civil, estado familiar / parental, ingresos derivados de un programa de asistencia pública, creencias políticas o represalias o represalias por anteriores actividad creíble, en cualquier programa o actividad realizada o financiada por el USDA (no todas las bases se aplican a todos los programas). Los plazos de reparación y presentación de quejas varían según el programa o incidente. Las personas con discapacidades que requieren medios de comunicación alternativos para la información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas americano, etc.) deben comunicarse con la Agencia responsable o el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con el USDA a través del Servicio de retransmisión federal al (800) 877-8339. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés.

Para presentar una queja de discriminación de programa, complete el Formulario de queja de discriminación de programa del USDA, AD-3027, que se encuentra en línea en Cómo presentar una queja de discriminación de programa y en cualquier oficina del USDA o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario o carta completa al USDA por: (1) correo: Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, Oficina del Subsecretario de Derechos Civiles, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.

Esta institución es un proveedor, empleador y prestamista que ofrece igualdad de oportunidades.

VEGETAL DEL MES



Tomates Cherry

Los tomates cherry son una muy buena fuente de vitamina A, vitamina K, potasio y manganeso. Los tomates cherry también contienen licopeno, un antioxidante que puede disminuir el riesgo de contraer enfermedades provocadas por el celular. El licopeno es un pigmento rojo brillante que actúa como antioxidante en el organismo.

OPCIONES SALUDABLES DE ALIMENTACION PARA EL VERANO

¡Manténgase saludable este verano con estos excelentes consejos!

1. ¡Aproveche las verduras frescas! ¡El verano es un buen momento para comer muchas verduras frescas! Las ensaladas frescas son un gran plato para acompañar una carne asada o parrillada. También puede arrojar algunas brochetas de verduras frescas para asar al aire libre.
2. Sea inteligente con los bocadillos congelados. ¡La fruta fresca es un gran regalo! ¡Congele rodajas de sandía, rodajas de naranja y uvas durante 30 minutos para un bocadillo fresco y nutritivo!
3. ¡Manténgase hidratado! Beber mucha agua es importante para evitar la deshidratación.
4. ¡Tome precauciones alimenticias! Mantenga frío los alimentos fríos y mantenga caliente los alimentos calientes durante una carne asada o parrilladas para evitar la intoxicación alimentaria.

VISITA NUESTRA PAGINA

Puede visitar la pagina web de IDEA CNP en:

IDEAPUBLICSCHOOLS.ORG/CNP



CHISTE DEL MES

Cuál es la fruta que más se ríe?



ANSWER:
La naranja ja ja ja