





DURHAM ELEMENTARY SCHOOL
diciembre 2017

				1
 <p>Eat Smart to Play Hard Eat fruits & veggies at meals & for snacks</p>		<p>Our Priority: Healthy, Happy</p> 		Pancake salchicha palillo <u>ALMUERZO</u> Pizza de queso Salchichones Pizza Perro de maíz Ensalada de verduras peras leche
4	5	6	7	8
mollete <u>ALMUERZO</u> Nuggets de pollo Frijol Queso Burrito papas fritas zanahorias Manzanas leche	Pan Frances/salchicha <u>ALMUERZO</u> muslos de pollo Teriyaki Dunkers arroz Ensalada de verduras mandarinas leche	Rollo de canela <u>ALMUERZO</u> Espaguetis y rollo sándwich Queso judías verdes peras galleta leche	Pizza Desayuno <u>ALMUERZO</u> hamburguesa hamburguesa queso frijol Queso Burrito lechuga,tomate,pepino papas fritas y sandia leche	huevos y galletas <u>ALMUERZO</u> Pizza de queso Salchichones Pizza Perro de maíz Ensalada de verduras fruta mezclada leche
11	12	13	14	15
Buttermilk Bar <u>ALMUERZO</u> Nuggets de pollo Teriyaki Dunkers papas fritas zanahorias Manzanas leche	Desayuno sándwich <u>ALMUERZO</u> Enchilada queso Frijol Queso Burrito Frijoles refritos mandarinas / lechuga albaricoques leche	Rollo de canela <u>ALMUERZO</u> Turquía y salsa puré de papas judías verdes peras galleta leche	Pizza Desayuno <u>ALMUERZO</u> hamburguesa hamburguesa queso Frijol Queso Burrito lechuga,tomate,pepino papas fritas y narajas leche	huevos y galletas <u>ALMUERZO</u> Pizza de queso Salchichones Pizza Perro de maíz Ensalada de verduras fruta mezclada leche
18	19	20	21	22
mollete <u>ALMUERZO</u> Nuggets de pollo Frijol Queso Burrito papas fritas zanahorias Manzanas leche	Pan Frances/salchicha <u>ALMUERZO</u> Naranja Pollo / Arroz sándwich Queso Ensalada de verduras peras galleta leche	elección del cocinero <u>ALMUERZO</u> Pizza de queso Salchichones Pizza Perro de maíz Ensalada de verduras fruta mezclada leche	elección del cocinero <u>ALMUERZO</u> hamburguesa hamburguesa queso Frijol Queso Burrito lechuga,tomate,pepino papas fritas y narajas leche	elección del cocinero <u>ALMUERZO</u> elección del cocinero
25	26	27	28th	29th
				


Precios De Comidas
Desayuno \$1.50
Almuerzo \$2.75

DIARIO OPCION
De Sayuno
 Cereales
 UBR Bar
 Fruta Clasificada
 Eleccion de Leche


NO OLVIDES
 Tomar por lo menos
 1 fruta o VEGETAL y
 al menos 3 de los 5
 grupos de alimentos
 para que sus
 recunetos de
 comidas como un