

# New Menu App!

We have switched menu app platforms. You can now find menu, nutrition, allergen information and more on the MealViewer app or online at: [schools.mealviewer.com](http://schools.mealviewer.com).

**MV**  
MealViewer featuring

MealViewer has over a dozen powerful features designed to create a better school nutrition experience for parents and students.

Head over to the Features page of [mealviewer.com](http://mealviewer.com) to discover more.

**what's for lunch?**

Download MealViewer

Available on the App Store and Google Play.

[parents.mealviewer.com](http://parents.mealviewer.com)

- ✓ SCHOOL MENUS
- ✓ USER PROFILES
- ✓ RATING SYSTEM
- ✓ ANNOUNCEMENTS
- ✓ ALLERGEN ALERTS
- ✓ NUTRITION CALCULATOR

## Meal Prices

Breakfast -- \$1      Lunch -- \$2.25

## Free & Reduced-Price Meal Information

Free and reduced-price meals are available to students whose families meet the federal income criteria. Applications are available throughout the year at your school's office and online at [www.sandiegounified.org/food](http://www.sandiegounified.org/food). Call 858-627-7328 for more information.

## How to Prepay for School Meals

### PREPAY BY CREDIT CARD

Prepay for meals by MasterCard, VISA or Discover Card using the PayPAMS meal payment system. Visit our website at [www.sandiegounified.org](http://www.sandiegounified.org), or go directly to [www.paypams.com](http://www.paypams.com). You can also access PayPAMS through the MealViewer app.

### PREPAY BY CASH OR CHECK

Put cash or checks made payable to your child's school cafeteria in a sealed envelope. Write your child's name, birth date and teacher's name on the envelope and send to the school office or cafeteria.

More Information | 858-627-7340 | [www.sandiegounified.org/food](http://www.sandiegounified.org/food) @sdfarmtoschool



**Healthy Food.  
Successful Students.**  
FOOD & NUTRITION SERVICES

2017-18

Breakfast & Lunch Menus  
(Menus subject to change)



## Lunch

MEATLESS MONDAY	Tuesday	Wednesday	CALIFORNIA THURSDAYS	Friday
Cheese Pizza	Turkey Taco	All-American Cheeseburger w/Tater Tots	Teriyaki Chicken w/Whole Grain Rice	Chicken Nuggets w/Dinner Roll
Scrambled Eggs & French Toast	Chicken Tenders w/Dinner Roll	All Beef Hot Dog w/Tater Tots	Mary's Chicken Drumstick w/Dinner Roll	All-American Cheeseburger
Sunbutter & Jelly Sandwich	Sunbutter & Jelly Sandwich	Mac & Cheese w/Tater Tots	Sunbutter & Jelly Sandwich	Sunbutter & Jelly Sandwich
Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar	Salad Bar
1% Milk or Non-Fat Chocolate Milk	1% Milk or Non-Fat Chocolate Milk	1% Milk or Non-Fat Chocolate Milk	1% Milk or Non-Fat Chocolate Milk	1% Milk or Non-Fat Chocolate Milk

Your school's salad bar features fresh, delicious fruits and veggies. Try something new with the Harvest of the Month every Wednesday. Learn more at [www.sandiegounified.org/farmtoschool](http://www.sandiegounified.org/farmtoschool).

## Breakfast Kid's Choice Breakfast

Check out the MealViewer app or ask your school cafeteria or office to find out which breakfast menu is offered at your school.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Eggo Bites Mini Maple Waffles	Turkey & Cheese Roll-Up	Scrambled Eggs & Potato Rounds	Eggo Bites Mini Blueberry Pancakes	Sunrise Burrito (Beef Chorizo & Egg)
<b>Daily Options:</b>	Strawberry Banana Yogurt & Goldfish Graham	Cinnamon Rice Chex or Multigrain Cheerios w/Goldfish Grahams	Fruit Bar	1% or Fat Free White Milk

## Breakfast in the Classroom

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Strawberry Nutrigrain Bar	Strawberry Banana Yogurt & Goldfish Graham	Turkey & Cheese Roll-Up	Eggo Bites Mini Blueberry Pancakes	Cinnamon Rice Chex & String Cheese
Cinnamon Toast Crunch Cereal Bar	Cherry Apple Crunch Bar	Cinnamon Rice Chex & String Cheese	Eggo Bites Mini Maple Waffles	Turkey & Cheese Roll-Up
<b>Daily Options:</b>	Fruit Selection	1% or Fat Free White Milk	<b>Vegetarian Options Available by Request:</b>	Cinnamon Rice Chex or Multigrain Cheerios w/Goldfish Grahams

Week 1: 8/28, 9/11, 9/25, 10/9, 10/23, 11/6, 12/4, 1/1, 1/15, 1/29, 2/12, 2/26, 3/12, 4/9, 4/23, 5/7, 5/21, 6/4

Week 2: 9/4, 9/18, 10/2, 10/16, 10/30, 11/13, 11/27, 12/11, 1/8, 1/22, 2/5, 2/19, 3/5, 3/19, 4/2, 4/16, 4/30, 5/4, 5/28, 6/11

# ¡Nueva Aplicación del Menú!

Hemos cambiado la plataforma de aplicación del menú. Ahora puedes encontrar información del menú, nutrición, alérgenos y demás en la aplicación MealViewer o en línea en: [schools.mealviewer.com](http://schools.mealviewer.com).

**MV** MealViewer featuring

MealViewer offers over a dozen powerful features designed to give you a better school nutrition experience for parents and students.

Head over to the Features page at [mealviewer.com](http://mealviewer.com) to discover more.

- ✓ SCHOOL MENUS
- ✓ USER PROFILES
- ✓ RATING SYSTEM
- ✓ ANNOUNCEMENTS
- ✓ ALLERGEN ALERTS
- ✓ NUTRITION CALCULATOR

what's for lunch?

Download MealViewer

AppStore | GooglePlay

[parents.mealviewer.com](http://parents.mealviewer.com)

## Precios de los Alimentos

Desayuno -- \$1      Almuerzo -- \$2.25

## Información sobre alimentos gratuitos y a precio reducido

Los alimentos gratuitos y a precio reducido están disponibles para alumnos cuyas familias cumplan con los criterios federales de ingresos. Las solicitudes están disponibles durante el año en la oficina de su escuela y en línea en [www.sandiegounified.org/food](http://www.sandiegounified.org/food). Llamen al 858-627-7328 para más información.

## Cómo prepagar los alimentos escolares PREPAGO CON TARJETA DE CRÉDITO

Pre pague alimentos con MasterCard, VISA o Discover usando el sistema de pago de alimentos PayPAMS. Visite nuestro sitio web en [www.sandiegounified.org](http://www.sandiegounified.org) o vaya directo a [www.paypams.com](http://www.paypams.com). También puede acceder a PayPAMS a través de la aplicación MealViewer.

## PREPAGO EN EFECTIVO O CON CHEQUE

En un sobre sellado, coloque dinero en efectivo o cheques a nombre de la cafetería de la escuela de su hijo. Escriba en el sobre el nombre de su hijo, su fecha de nacimiento y el nombre de su maestro y envíelo a la oficina escolar o a la cafetería.

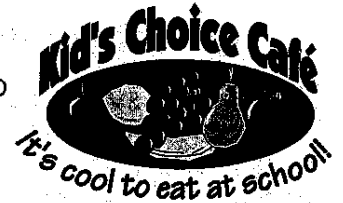
Más Información | 858-627-7340 | [www.sandiegounified.org/food](http://www.sandiegounified.org/food) @safarmtoschool



**Comida Saludable.**  
**Alumnos Exitosos.**  
SERVICIOS ALIMENTICIOS Y  
DE NUTRICIÓN

2017-18

Menús de Desayuno y Almuerzo  
(Menús sujetos a cambios)



MEATLESS MONDAY		Almuerzo		
Martes	Miércoles	California THURSDAYS	Viernes	
Pizza con queso	Taco de pavo	Hamburguesa estilo americano con queso y "Tater Tots"	Pollo Teriyaki con arroz integral	Trocitos de pollo con un panecito
Huevos revueltos y pan francés	Tiras de pollo con un panecito	Hot Dog de rez con "Tater Tots"	Pierna de pollo de Mary con un panecito	Hamburguesa estilo americano con queso
Sándwich de mantequilla de girasol con jalea	Sándwich de mantequilla de girasol con jalea	Macarrones con queso con "Tater Tots"	Sándwich de mantequilla de girasol con jalea	Sándwich de mantequilla de girasol con jalea
Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada	Barra de ensalada
Leche de 1% o de chocolate sin grasa	Leche de 1% o de chocolate sin grasa	Leche de 1% o de chocolate sin grasa	Leche de 1% o de chocolate sin grasa	Leche de 1% o de chocolate sin grasa

La barra de ensalada de tu escuela ofrece frutas y verduras frescas y deliciosas. Prueba algo nuevo cada miércoles con la Cosecha del Mes. Aprende más en [www.sandiegounified.org/farmtoschool](http://www.sandiegounified.org/farmtoschool).

## Desayuno Desayuno Kid's Choice

Consulta la aplicación MealViewer o pregunta en la cafetería u oficina de tu escuela para averiguar cuál menú de desayuno se ofrece en tu escuela.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Mini wafles con miel de Eggo Bites	Rollito de pavo con queso	Huevos revueltos y rodajas de papa	Mini hot cakes de arándano de Eggo Bites	Burrito Sunrise (Chorizo de rez con huevo)
<b>Opciones diarias:</b>	Yogurt de fresa y plátano y galletas de pescaditos Graham	Cinnamon Rice Chex o Multigrain Cheerios con galletas de pescaditos	Barra de fruta	Leche blanca de 1% o sin grasa

## Desayuno en el Salón

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Barra Nutrigrain de fresa	Yogurt de fresa y plátano y galletas de pescaditos	Rollito de pavo con queso	Mini hot cakes de arándano de Eggo Bites	Cinnamon Rice Chex y queso para deshebrar
Barra Cinnamon Toast Crunch de cereal	Barra Crunch de cereza y manzana	Cinnamon Rice Chex y queso para deshebrar	Mini wafles con miel de Eggo Bites	Rollito de pavo con queso
<b>Opciones diarias:</b>	Selección de frutas	Leche blanca de 1% o sin grasa	<b>Opciones vegetarianas disponibles a petición:</b>	Cinnamon Rice Chex o Multigrain Cheerios con galletas de pescaditos

Semana 2 Semana 1

Semana 1: 8/28, 9/11, 9/25, 10/9, 10/23, 11/6, 12/4, 1/1, 1/15, 1/29, 2/12, 2/26, 3/12, 4/9, 4/23, 5/7, 5/21, 6/4  
Semana 2: 9/4, 9/18, 10/2, 10/16, 10/30, 11/13, 11/27, 12/11, 1/8, 1/22, 2/5, 2/19, 3/5, 3/19, 4/2, 4/16, 4/30, 5/4, 5/28, 6/11