



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>Tacos de pescado Hamburguesa Hamburguesa vegetariana (V) Rebanadas de papas horneadas Frijoles sazonados Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de piña Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Panqueques BIC: Discos de canela</p>	<p>2</p> <p>Espaguetis con albóndigas (V*) Sándwich de queso a la plancha (V) Pan tostado con ajo Ejotes sazonados Trocitos de papa Ensalada Tiras de verduras crujientes Fruta mixta Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Parfait de yogur BIC: Bizcocho con pollo</p>	<p>3</p> <p>Tamales de carne de res Lasaña vegetariana (V) Pan tostado con ajo Verduras mixtas Chicharos Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de fresas Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Huevos revueltos y tostadas BIC: Pan de calabacín</p>	<p>4</p> <p>"Hot Dog" de pavo Enchilada de queso (V) Papas fritas de camote Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de peras Fruta fresca</p> <p>Breakfast: French Toast Sticks BIC: Rodillo de huevo</p>	<p>5</p> <p>Trocitos de pollo Papa al horno con condimentos (V) Pan de trigo Brócoli al vapor Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Bizcocho con pollo BIC: Pan con huevo y queso</p>
<p>8</p> <p>"Pizza" (V) Sándwich de ensalada de atún Verduras mixtas Elote sazonado Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de duraznos Fruta fresca ♥ Leche de fresa ♥</p> <p>Breakfast: Bizcocho y chorizo BIC: Pan de arándanos</p>	<p>9</p> <p>Tacos crujientes o suaves Fritata de Brocoli (V) Pan de maíz Frijoles sazonados Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de jugo de fruta congelada Fruta fresca ♥ Leche de fresa ♥</p> <p>Breakfast: Panecito de maíz y salchicha BIC: Mini waffles</p>	<p>10</p> <p>Hamburguesa de pollo Ensalada (Chef) (V*) Pan de trigo Rebanadas de papas horneadas Chicharos y zanahorias Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de peras Fruta fresca ♥ Leche de fresa ♥</p> <p>Breakfast: Panecito y salchicha BIC: Flakes con canela</p>	<p>11</p> <p>Pavo servido con arroz Burrito de frijoles y queso (V) Panecito de trigo Camotes Ejotes sazonados Ensalada Tiras de verduras crujientes Puré de manzana Fruta fresca ♥ Leche de fresa ♥</p> <p>Breakfast: Tacos de Desayuno BIC: Chorizo de res con pan</p>	<p>12</p> <p>Tiras de res Pescado servido con macarrón y queso (V*) Panecito de trigo Zanahorias sazonadas Espinaca al vapor Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de piña Fruta fresca ♥ Leche de fresa ♥</p> <p>Breakfast: Pan de calabacín BIC: Burrito de frijoles y queso</p>
<p>Pague Antemano su desayuno, almuerzo y artículos alimenticios a-la-carta. MySchoolBucks.com</p>  <p>Choose My Plate ChooseMyPlate.gov/kids</p>	<p>16</p> <p>"Hot Dog" de pavo Espaguetis con albóndigas (V*) Pan tostado con ajo Verduras mixtas Papas fritas de camote Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de duraznos Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Panqueques BIC: Bizcocho con pollo</p>	<p>17</p> <p>Sándwich de queso a la plancha (V) Plato de yogur (V*) Frijoles sazonados Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de piña Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Huevos revueltos y tostada BIC: Pan de calabacín</p>	<p>18</p> <p>Trocitos de pollo Papa al horno con condimentos (V) Pan de trigo Brócoli al vapor Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de fresas Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Parfait de yogur BIC: Rodillo de huevo</p>	<p>19</p> <p>Hamburguesa Hamburguesa vegetariana (V) Hamburguesa de pescado Trocitos de papa Zanahorias sazonadas Ensalada Tiras de verduras crujientes Fruta mixta Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Bizcocho con pollo BIC: Pan con huevo y queso</p>
<p>22</p> <p>Pasta con pollo y salsa Burrito de frijoles y queso (V) Panecito de trigo Verduras mixtas Elote sazonado Ensalada Tiras de verduras crujientes Puré de manzana Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Bizcocho y chorizo BIC: Pan de arándanos</p>	<p>23</p> <p>"Pizza" (V) Pollo agrídulce servido con arroz integral Espinaca al vapor Verduras mixtas Ensalada Tiras de verduras crujientes Fruta mixta Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Panecito de maíz y salchicha BIC: Mini waffles</p>	<p>24</p> <p>Pescado servido con macarrón y queso (V*) Tiras de res Panecito de trigo Ejotes sazonados Papas fritas de camote Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de duraznos Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Pan de canela y salchicha BIC: Flakes con canela</p>	<p>25</p> <p>Tacos crujientes o suaves Ensalada (Chef) (V*) Pan de maíz Chicharos y zanahorias Frijoles sazonados Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de jugo de fruta congelada Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Tacos de Desayuno BIC: Chorizo de res con pan</p>	<p>26</p> <p>Hamburguesa de pollo Fritata de Brocoli (V) Pan de trigo Zanahorias sazonadas Rebanadas de papas horneadas Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de fresas Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Panecito y salchicha BIC: Burrito de frijoles y queso</p>
<p>29</p> <p>Tacos de pescado Hamburguesa Hamburguesa vegetariana (V) Rebanadas de papas horneadas Frijoles sazonados Ensalada Tiras de verduras crujientes Taza de piña Fruta fresca</p> <p>Breakfast: Panqueques BIC: Discos de canela</p>	<p>Austin ISD nutrición y servicio de alimentos apoya a nuestros agricultores locales, los productores de leche y productores de comida. De la granja fresca los viernes en febrero: Zanahorias - Johnson's Backyard Garden - Austin, TX</p> <p>Síguenos en Twitter para mantenerse actualizado con el Departamento de Nutrición y Servicios Alimentarios.</p> <p> @AustinISDFood</p> <p>(V) opción vegetariano (V*) esta comida se puede pedir sin carne BIC - Desayuno en la aula El menú puede cambiar sin aviso.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Unete a nuestro equipo! Austin ISD Nutrición y Alimentos ESTAMOS CONTRATANDO Gerente de aprendiz de servicio alimentario y sustitutos de producción de alimentos Aplique www.austinisd.org</p> </div>			

Declaración de no discriminación: Esto explica lo que debe hacer si cree que ha sido tratado injustamente. El Departamento de Agricultura de EE.UU. (USDA, sigla en inglés), prohíbe la discriminación en contra de sus clientes, empleados y solicitantes de empleo por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, identidad de género, religión, represalia, y donde se aplique, port creencias políticas, estado civil, condición familiar o situación de los padres, orientación sexual o si la totalidad o parte de los ingresos de un individuo son derivados de cualquier programa de asistencia pública, o información genética protegida en el empleo o en cualquier programa o actividad dirigida o financiada por el Departamento. Si desea presentar una queja de discriminación ante el programa de Derechos civiles, llene el formulario USDA Program Discrimination Complaint Form que se encuentra en línea en http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, o en cualquier oficina del USDA, o llame al (866) 632-9992 para solicitar el formulario. También puede escribir una carta que incluya toda la información que le piden en el formulario. Envíenos el formulario de queja llenado o una carta por correo al USDA Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue SW, Washington, D.C. 20250-9410 or por fax al (202) 690-7442 or por correo electrónico a program.intake@usda.gov. Las personas sordas, con problemas de audición o con discapacidad para hablar pueden comunicarse con el USDA usando el Servicio Federal de Retransmisión al (800) 845-6136 (español) o (800) 877-8339 (inglés). USDA es proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

FEBRUARY 2016 "FUEL UP TO PLAY 60" ELEMENTARY MENU



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Fish Tacos Hamburger Garden Burger (V) Oven Baked Fries Seasoned Pinto Beans Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pineapple Cup Fresh Fruit Breakfast: Pancakes BIC: Crunchmania Cinnamon Bun	2 Spaghetti & Meatballs (V*) Toasted Cheese Sandwich (V) Whole Wheat Garlic Toast Seasoned Green Beans Potato Puffs Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Mixed Fruit Fresh Fruit Breakfast: Yogurt Parfait BIC: Chicken Sausage & Biscuit	3 Beef Tamale Garden Lasagna (V) Whole Wheat Garlic Toast Seasoned Mixed Vegetables Pretty Peas Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Strawberry Cup Fresh Fruit Breakfast: Scrambled Eggs & Toast BIC: Zucchini Bread	4 Turkey Hot Dog Cheese Enchiladas (V) Sweet Potato Fries Pacific Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pear Cup Fresh Fruit Breakfast: French Toast Sticks BIC: Breakfast Wrap	5 Chicken Tenders Stuffed Spud (V) Whole Wheat Roll Steamed Broccoli Catalina Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Fresh Fruit Breakfast: Chicken Biscuit BIC: Egg & Cheese on Bun
8 Pizza (V) Tuna Salad Sandwich Seasoned Mixed Vegetables Seasoned Corn Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Peach Cup Fresh Fruit Strawberry Milk Breakfast: Biscuit & Sausage BIC: Blueberry Loaf	9 Soft or Crispy Tacos Broccoli Frittata (V) Whole Wheat Cornbread Seasoned Pinto Beans Catalina Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Frozen Fruit Juice Cup Fresh Fruit Strawberry Milk Breakfast: Texas Star Bread & Sausage BIC: Eggo Mini Waffle	10 Chicken Burger Chef Salad (V*) Whole Wheat Roll Oven Baked Fries Peas & Carrots Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pear Cup Fresh Fruit Strawberry Milk Breakfast: Mini-Loaf & Link BIC: Cinnamon Flakes	11 Turkey Over Brown Rice Bean & Cheese Burrito (V) Whole Wheat Breadstick Sweet Potatoes Seasoned Green Beans Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Applesauce Fresh Fruit Strawberry Milk Breakfast: Breakfast Taco BIC: Beef & Sausage on Bun	12 Steak Sticks Fish Mac n' Cheese (V*) Whole Wheat Breadstick Winter Harvest Carrots Steamed Spinach Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pineapple Cup Fresh Fruit Strawberry Milk Breakfast: Zucchini Bread BIC: Bean & Cheese Burrito
Pre-Pay Online MySchoolBucks.com Choose My Plate ChooseMyPlate.gov/kids	16 Turkey Hot Dog Spaghetti & Meatballs (V*) Whole Wheat Garlic Toast Seasoned Mixed Vegetables Sweet Potato Fries Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Peach Cup Fresh Fruit Breakfast: Pancakes BIC: Chicken Sausage & Biscuit	17 Toasted Cheese Sandwich (V) Yogurt Plate (V*) Seasoned Pinto Beans Catalina Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pineapple Cup Fresh Fruit Breakfast: Scrambled Eggs & Toast BIC: Zucchini Bread	18 Chicken Tenders Stuffed Spud (V) Whole Wheat Roll Steamed Broccoli Pacific Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Strawberry Cup Fresh Fruit Breakfast: Yogurt Parfait BIC: Breakfast Wrap	19 Hamburger Garden Burger (V) Fish Burger Potato Puffs Winter Harvest Carrots Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Mixed Fruit Fresh Fruit Breakfast: Chicken Biscuit BIC: Egg & Cheese on Bun
22 Chicken Alfredo Bean & Cheese Burrito (V) Whole Wheat Breadstick Catalina Blend Vegetables Seasoned Corn Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Applesauce Fresh Fruit Breakfast: Biscuit & Sausage BIC: Blueberry Loaf	23 Pizza (V) Sweet & Sour Chicken Over Brown Rice Steamed Spinach Pacific Blend Vegetables Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Mixed Fruit Fresh Fruit Breakfast: Texas Star Bread & Sausage BIC: Eggo Mini Waffle	24 Fish Mac n' Cheese (V*) Steak Sticks Whole Wheat Breadstick Seasoned Green Beans Sweet Potato Fries Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Peach Cup Fresh Fruit Breakfast: Cinnamon Twist & Sausage BIC: Cinnamon Flakes	25 Soft or Crispy Tacos Chef Salad (V*) Whole Wheat Cornbread Peas & Carrots Seasoned Pinto Beans Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Frozen Fruit Juice Cup Fresh Fruit Breakfast: Breakfast Taco BIC: Beef & Sausage on Bun	26 Chicken Burger Broccoli Frittata (V) Whole Wheat Roll Winter Harvest Carrots Oven Baked Fries Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Strawberry Cup Fresh Fruit Breakfast: Mini-Loaf & Link BIC: Bean & Cheese Burrito
29 Fish Tacos Hamburger Garden Burger (V) Oven Baked Fries Seasoned Pinto Beans Garden Salad Crunchy Veggie Dippers Pineapple Cup Fresh Fruit Breakfast: Pancakes BIC: Crunchmania Cinnamon Bun	Austin ISD Nutrition & Food Services supports our local farmers, dairy farmers and producers. February Farm Fresh Fridays: Winter Harvest Carrots - Johnson's Backyard Garden - Austin, TX Follow us on Twitter to stay updated on AISD Nutrition & Food Services @AustinISDFood (V) Vegetarian options are available daily. (V*) Entree can be made into a vegetarian option. Please ask your cafeteria manager. BIC - Breakfast in the Classroom Menus are subject to change without notice.			

This explains what to do if you believe you have been treated unfairly. The U.S. Dept. of Agriculture prohibits discrimination against its customers, employees, and applicants for employment on the bases of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, religion, reprisal, and where applicable, political beliefs, marital status, familial or parental status, sexual orientation, or all or part of an individual's income is derived from any public assistance program, or protected genetic information in employment or in any program or activity conducted or funded by the Dept. If you wish to file a Civil Rights program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, or at any USDA office, or call (866)632-9922 to request the form. You may also write a letter containing all of the information requested in the form. Send your completed complaint form or letter to us by mail at USDA, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410, by fax (202)690-7442 or email at program.intake@usda.gov. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339 or (800) 845-6136 (Spanish). USDA is an equal opportunity provider and employer.