

## ENERO 2026

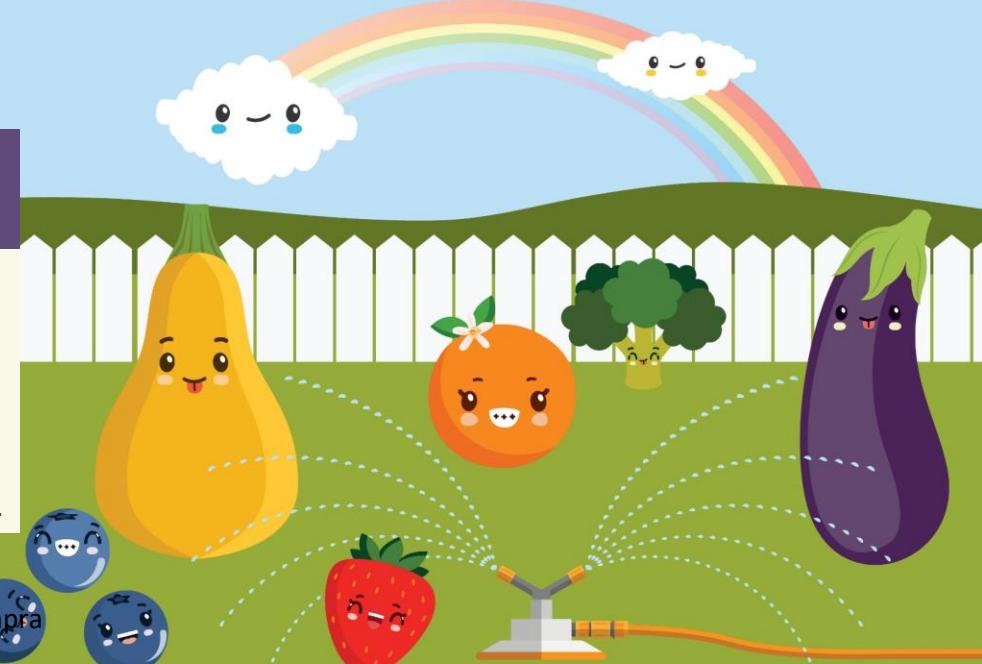
## Meal Precios

<u>Almuerzo</u>	<u>Adult</u>
\$3.45	\$3.95
<u>Inicial extra</u>	<u>Leche</u>
\$2.75	\$1.00



ACE'S CORNER

Menú sujeto a cambios sin previo aviso.



6º-8º curso: opciones a la carta disponibles para la compra  
 Información nutricional disponible: [lw.schooldish.com](http://lw.schooldish.com)  
 Leche surtida disponible para todas las comidas

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
 SchoolDish			Vacaciones de invierno: No hay escuela	1 Vacaciones de invierno: No hay escuela
<b>Vacaciones de invierno: No hay escuela</b>	<b>5</b> 1: Derretimiento de hamburguesas a la antigua 2. Perrito de maíz Patatas Fritas y Pepinos en Escabeche Plátano y zumo de manzana	<b>6</b> 1: Mini tortitas con queso 2: Riblet de barbacoa Palitos de apio y zanahorias baby Canela Caliente, Melocotones y Zumo de Uva	<b>7</b> 1: Pollo de palomitas con picos de miel y galleta 2: Sándwich de queso a la plancha Puré de patatas y brócoli fresco Compota de manzana y zumo de naranja	<b>8</b> 1: Pizza de queso 2: Ensalada de tres quesos con palitos de pan Ensalada de espinacas y tiras de pimiento rojo Zumo de manzana y fruta
1: Sustituto de albóndigas para pizza 2: Pollo con palomitas y palitos de pan 3: Pollo picante LTO y macarrones con maíz callejero Brócoli cocido y zanahorias baby Fruta mixta y zumo de fruta	<b>12</b> 1: Hamburguesa de pollo con salsa característica 2: Cuñas para tacos 3: Pollo picante LTO y macarrones con maíz callejero Patatas fritas con gofres y brócoli fresco	<b>13</b> 1: Espaguetis con salsa de carne 2. Nuggets de pollo con palitos de pan 3: Pollo picante LTO y macarrones con maíz callejero Alubias y palitos de apio al horno Zumo de manzana y uva	<b>14</b> 1: Hamburguesa con queso 2: Pollo picante LTO y macarrones con maíz callejero Tiras de pimiento rojo y zumo de rubí Compota de manzana y zumo de naranja	<b>9</b> 1: Gofre con 2 enlaces de salchicha 2: Ensalada de tres quesos con palitos de pan Ensalada de espinacas y tiras de pimiento rojo Zumo de manzana y fruta
<b>No hay escuela</b>	<b>19</b> 1: Tenders de pollo con nudos de ajo 2: Hamburguesa con queso Zanahorias cocidas y brócoli fresco Plátano y zumo de manzana	<b>20</b> 1: Tacos de ternera caminando 2: Quesadilla de queso Kickin' Pinto Beans & Calabacín Fresco Melocotones picados y zumo de uva	<b>21</b> 1: Riblet a la barbacoa 2: Sándwich de queso a la plancha Mezcla de verduras y palitos de apio Compota de manzana y zumo de naranja	<b>22</b> 1: Pizza de queso 2: Ensalada de pollo con palomitas y palomitas de pan Ensalada de espinacas y zanahorias baby Zumo fresco de manzana y fruta
1: Hamburguesa con queso 2: Pizza de pan plano MYO Puré de patatas con salsa y brócoli fresco Fruta mixta y zumo de fruta	<b>26</b> 1: Miniburguesas de hamburguesa de pollo 2: Palitos Maxx con salsa Tiras de maíz y pimiento rojo Plátano y zumo de manzana	<b>27</b> 1: Pollo a la naranja con arroz 2: Sándwich de hamburguesa de pollo Mezcla vegetal y edamame Melocotones picados y zumo de uva	<b>28</b> 1: Tostadas francesas con hamburguesas de salchicha 2: Perrito caliente Palitos de apio y zumo de rubí Compota de manzana y zumo de naranja	<b>29</b> 1: Pizza de queso 2: Ensalada All-American con palitos de pan Ensalada de espinacas y zanahorias baby Zumo de manzana y fruta
				<b>30</b> 1: Pizza de queso 2: Ensalada All-American con palitos de pan Ensalada de espinacas y zanahorias baby Zumo de manzana y fruta



# EATING THE RAINBOW

A colorful variety on your plate is more than just a feast for the eyes; it's a good choice nutritionally. You might remember learning about Roy G. Biv—red, orange, yellow, green, blue, indigo, and violet—an acronym for the colors of the rainbow. In the world of food, we can also add in pink, white, tan, dark brown, and black to that rainbow of colors. Each color signals a range of health benefits that we will explore together.

## CHALLENGE OF THE MONTH: GARDEN YOGA

Yoga is a great way to stretch and be mindful of your body and the world around you. Be sure to take deep breaths in each pose.



### BE A FROG

Lower down into a squat with your knees apart and arms resting between your knees. Touch your hands to the ground. Jump like a frog.



### BE A TREE

Stand on one leg. Bend the other knee and place the sole of your foot on your inner thigh. Sway like a tree in the breeze. Repeat with other leg.



### BE A BUTTERFLY

Sit with your spine straight. Bend your legs with the soles of your feet together. Flap your legs like the wings of a butterfly.

## ACE'S RECIPE OF THE MONTH:

### RAINBOW FLATBREAD PIZZA\*



#### INGREDIENTS:

- 1 package (2 pieces) of Stonefire naan
- 1/2 cup of pizza sauce
- 1/2 cup of shredded Mozzarella cheese
- 4 cups of chopped colorful veggies (such as broccoli, green peppers, yellow peppers, grape tomatoes, and thinly sliced purple potatoes)
- 2 tsp. of olive oil
- 1 tsp. of Italian seasonings

#### PREPARATION:

1. Preheat the oven to 425°F and put both naan pieces side by side on the baking sheet. Use a spoon to evenly spread the pizza sauce between the two.
2. Sprinkle the cheese on top of the sauce and layer the veggies in a rainbow pattern on top of the cheese.
3. Drizzle a bit of olive oil on each and then sprinkle on Italian seasoning.
4. Bake for about 20 minutes, or until veggies are cooked and the crust is slightly golden. Wait a few minutes for it to cool and enjoy!