

October



ELEMENTARY BREAKFAST MENU



Featured Entrees

FOR THE MONTH OF OCTOBER



BELOW ARE THE FEATURED BREAKFAST ENTREES FOR THE MONTH OF OCTOBER. EACH STUDENT WILL BE PROVIDED A GRAB N' GO BREAKFAST TO TAKE HOME AT THE END OF EACH SCHOOL DAY FOR BREAKFAST

Offered Daily:
A Variety of Fruits
and Milks
ALL Grains Served Are
Whole Grain

HARVEST OF THE MONTH

Apple



Reasons to Eat Apples

A 1/2 cup of sliced apples is a source of fiber. Fiber helps you feel full, helps keep your blood sugar level normal, and helps to avoid constipation. It is found only in plant foods.

<http://paramount.healtheliving.net/contact-us/menus/>

Menu Subject to Change

- Breakfast Pizza Pocket
- Cereal w/String Cheese
- Cinnamon Bun
- Crumb Cake
- Donut
- French Toast
- Good Morning Sandwich
- Mini Bagel
- Mini Cinnis
- Mini Waffles
- Muffin
- Pan Dulce
- Pancakes
- Pop-Tart
- Yogurt w/Graham

Crackers



PLEASE FOLLOW PROPER FOOD HANDLING PROCEDURES

COLD FOOD: ALL COLD ITEMS MUST BE REFRIGERATED AT 41° F OR BELOW WITHIN 2 HOURS.

HEAT: HEAT FOOD IN OVEN OR MICROWAVE TO AN INTERNAL TEMPERATURE OF 165° F.

WHOLE FRUIT: WASH ALL WHOLE FRUITS BEFORE EATING (EVEN FRUIT WITH PEELS).

SPECIAL NOTE: OUR PRODUCTS DO NOT HAVE MANY PRESERVATIVES. THEREFORE, THEY NEED TO BE EATEN WITHIN 2 DAYS.



Desayuno y Almuerzo SIN COSTO a todos los estudiantes de Paramount.

octubre

MENU DE DESAYUNO PARA ESCUELAS PRIMARIAS

Ofrecemos a Diario:
Variedad de Frutas, y Leche

TODO es de Trigo Entero

LA COSECHA DEL MES

Manzana



¿Cuánto necesito?

Una ½ taza de manzanas rebanadas es una fuente de fibra.

La fibra le ayuda a sentirse satisfecho, a mantener normal el nivel de azúcar en la sangre y a evitar el estreñimiento. La fibra se encuentra solamente en alimentos de origen vegetal.

<http://paramount.healtheliving.net/contact-us/menus/>

Menu Sujeto a Cambios



Desayunos

PARA EL MES DE OCTUBRE



DEBAJO ESTAN LOS DESAYUNOS DESTACADOS PARA EL MES DE OCTUBRE. PARA LOS ESTUDIANTES QUE NO DESAYUNAN EN LA ESCUELA, SE LES DARA UNA BOLSA DE ALIMENTOS PARA LLEVAR A CASA.

- Pizza Pocket de Desayuno
- Cereal Y Queso
- Pan de Canela
- Panecito Mantecado
- Dona
- Pan Tostado Frances
- Sandwich de Desayuno
- Mini Bagel
- Mini Pan de Canela
- Mini Waffles
- Muffin
- Pan Dulce
- Panqueques
- Pop-Tart
- Yogur c/Galletas



INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO DE ALIMENTOS

PUSD NO ES RESPONSABLE POR LOS ALIMENTOS UNA VEZ QUE SALEN DE LA PROPIEDAD.

COMIDA FRIA: TODA LA COMIDA FRIA TIENE QUE SER REFRIGERADA A 41 GRADOS FAHRENHEIT O MENOS EN 2 HORAS.

COMIDA CALIENTE: TODA LA COMIDA CALIENTE TIENE QUE SER RECALENTADA EN UN HORNO O MICRO-HONDAS A UNA TEMPERATURE INTERNA DE 165 GRADOS FAHRENHEIT.

FRUTA: LAVAR LA FRUTA ANTES DE COMER (INCLUYENDO LA FRUTA CON CASCARA)

NOTA IMPORTANTE: NUESTROS PRODUCTOS NO TIENEN MUCHOS PERSERVATIVOS. ESTOS ALIMENTOS TIENEN QUE SER CONSUMIDOS EN 2 DIAS.