

# Howell Mountain Elementary School Menu April/ Abril2024



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
1	2	3 Spring Break No School	4	5
8 School Recovery Day No School	9 Choice of Cereal  Chicken Tinga Chips Tofu Tinga (v)	10 Breakfast Sandwich  Pizza Day Cheese Pizza (V)	11 Yogurt parfait  Quesadilla (V)	12 Homemade Muffins  Hamburger Veggie Burger (V)
15 Choice of Cereals  Chicken Strips Rice Plant Based Nuggets (V)	16 Breakfast Sandwich  Beef Taco Beans Bean Burrito (V)	17 Pancakes  Pizza Day Cheese Pizza (V)	18 Breakfast Burrito  Parmesan Chicken Pasta Parmesan pasta (V)	19 Concha  Chicken Posole Chips Tofu Posole (V)
22 Oatmeal  Garbanzo Pesto Pasta (V)	23 Strawberry Crisp  Classic Bean Burrito Roasted Corn Salad (V)	24 Choice of Cereal  Pizza Day Cheese Pizza (V)	25 Bagel with Cream Cheese  Lentil Soup (V) Roll	26 Breakfast Burrito  Sun Butter & Jelly Sandwich String cheese (V)
29 Choice of Cereals  Chili Mac Pasta Chili Mac w/o Beef (V)	30 Breakfast Taco  Tamale Cheese Tamale (V) Rice			

Even if your child does not eat in the cafeteria, it is important to fill out the **alternate income form** to receive other benefits.

Questions?

**Call us at.....**

**Menus subject to change according to what is fresh, local and in season.**

**Fruit and Veggies offered daily with meal including milk.**

**Meal Prices**

**All students will be offered meals at no charge to them.**

Student Breakfast \$0.00

Student Lunch \$0.00

**Lettuce Fun Facts:** Lettuce shouldn't be stored near apples, bananas, or any other ethylene-emitting fruits. Ethylene causes lettuce to ripen super fast and start to decay rapidly! Because lettuce is about 95% water, it has to be eaten fresh and cannot be frozen, dried, pickled or canned. Dark green lettuce leaves are more nutritious than light green leaves.

# Howell Mountain Elementary School Menu April/ Abril2024



Incluso si su hijo/a no come en la cafetería, es importante completar **el formulario de ingresos alternativos** para recibir otros beneficios.

¿Preguntas? Llámenos al  
**(707)965-2423**

**Menús sujetos a cambios según lo que sea fresco, local y de temporada.**

**Frutas y verduras ofrecidas diariamente con comida que incluye**

### Precios de las comidas

**A todos los estudiantes se les ofrecerán comidas sin cargo para ellos.**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1</b> Descanso de Primavera No hay clases	<b>2</b> Descanso de Primavera No hay clases	<b>3</b> Descanso de Primavera No hay clases	<b>4</b> Descanso de Primavera No hay clases	<b>5</b> Descanso de Primavera No hay clases
<b>8</b> Dia de Recuperación Escolar No hay clases	<b>9</b> <i>Opcion de Cereal</i>  Tinga de Pollo Chips Tinga de Tofu (v)	<b>10</b> <i>Sandwich de Desayuno</i>  Dia de Pizza Pizza de Queso (V)	<b>11</b> <i>Parfet de Yogur</i>  Quesadilla (V)	<b>12</b> <i>Muffins Hechas en Casa</i>  Hamburguesa Hamburguesa Vegetariana(V)
<b>15</b> Opcion de Cereal  Piezas de Pollo Arroz Nuggets Vegetarianos (V)	<b>16</b> <i>Sandwich de Desayuno</i>  Taco de Carne de Res Frijoles Burrito de Frijoles (V)	<b>17</b> Panqueques  Dia de Pizza Pizza de Queso (V)	<b>18</b> <i>Burrito de Desayuno</i>  Parmesan Chicken Pasta de Pollo con Queso Parmesano Parmesan pasta (V)	<b>19</b> <i>Concha</i>  Pozole de Pollo Chips Pozole de Tofu (V)
<b>22</b> Avena  Pasta de Pesto y Garbanzos (V)	<b>23</b> Crisp de Fresas  Burrito Clasico de Frijoles Ensalada de Maiz Tostado (V)	<b>24</b> <i>Opcion de Cereal</i>  Dia de Pizza Pizza de Queso (V)	<b>25</b> <i>Pan Bagel con Queso Crema</i>  Sopa de Lentejas (V) Rollo	<b>26</b> <i>Burrito de Desayuno</i>  <i>Sandwich de Jalea con Crema de Flor de Girasol</i> Palito de Queso (V)
<b>29</b> <i>Opcion de Cereal</i>  Pasta Chili Mac Chili Mac sin Carne(V)	<b>30</b> Taco de Desayuno  Tamal Tamal de Queso(V) Arroz			

**Datos curiosos sobre la lechuga:** La lechuga no debe almacenarse cerca de manzanas, plátanos o cualquier otra fruta que emita etileno. ¡El etileno hace que la lechuga madure súper rápido y comience a descomponerse rápidamente! Debido a que la lechuga tiene aproximadamente un 95% de agua, debe comerse fresca y no se puede congelar, secar, encurtir o enlatar. Las hojas de lechuga de color verde oscuro son más nutritivas que las hojas de color verde claro.

**Semana del Bienestar:** Este mes celebramos la semana del bienestar del 22 al 26 de abril. La Semana del Bienestar es un programa de bienestar escolar de una semana de duración que consta de diferentes temas cada día. Se anima a los estudiantes a comer verduras, mover más el cuerpo y divertirse. Las cafeterías de nuestras escuelas servirán opciones de alimentos a base de plantas durante toda la semana.

***“Howell Mountain Elementary School District is an equal opportunity provider and employer”***