

NOVIEMBRE 2026



ACE'S CORNER

Precios de las comidas
Adulto para el almuerzo
\$3.55 \$4.05
Leche Extra Principal
2,85 \$ 1,00

Menú sujeto a cambios sin previo aviso.



6º-8º curso: opciones a la carta disponibles para la compra
Información nutricional disponible: lw.schooldish.com

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
1: Pizza Waffalaco 2 2: Perrito caliente Patatas Fritas y Brócoli Fresco Gajos de naranja y zumo de fruta	1: Palitos de tostada francesa con 3 hamburguesas de salchicha 2: Tierdas de pollo con palitos de pan Rubi y palitos de apio Manzanas con canela calientes y zumo de naranja	1: Hamburguesa con queso 4 2: Paquete de manzana, yogur y queso Mezcla vegetal y edamame Melocotones y zumo de uva	1: Tacos de ternera 5 2: Quesadilla de queso Tiras de maíz y pimiento rojo Plátano y zumo de manzana	1: Pizza de queso 6 2: Ensalada italiana con palitos de pan Ensalada de espinacas y zanahorias baby Zumo fresco de manzana y fruta
1: Al máximo de palitos con salsa para mojar 9 2: Pollo con palomitas y palitos de pan 3. LTO: Calzone de pepperoni con Pizza Ranch Patatas fritas y palitos de apio Fruta mixta y zumo de fruta	1: Nachos de ternera 10 2: Burrito de Alubias y Queso 3. LTO: Calzone de pepperoni con Pizza Ranch Frijoles refritos y maíz mexicali Peras picadas y zumo de manzana	1: Sándwich de costilla a la barbacoa 11 2: Pizzadilla de queso 3. LTO: Calzone de pepperoni con Pizza Ranch Brócoli fresco y tiras de pimiento rojo Melocotones picados y zumo de uva	1: Macarrones con queso 12 2: Nuggets de pollo con palitos de pan 3. LTO: Calzone de pepperoni con Pizza Ranch Patatas Totas y Rodajas de Pepino Compota de manzana y zumo de naranja	1: Pizza de pepperoni 13 2: Sándwich de hamburguesa de pollo 3. LTO: Calzone de pepperoni con Pizza Ranch Verduras arcoiris y zanahorias baby Albaricoques y zumo de fruta
1: Tacos de ternera 16 2: Paquete de pretzel, yogur, queso Ensalada de judías negras y romana Naranja y zumo de fruta	1: Bol de pollo con palomitas 17 palitos de pan 2: Perrito de maíz Patatas Fritas y Pepinos en Escabeche Plátano y zumo de manzana	1: Mini tortitas con queso 18 2: Sándwich de hamburguesa de pollo Palitos de apio y zanahorias baby Canela Caliente, Melocotones y Zumo de Uva	1: Comida de Friendsgiving 19 Pavo, puré de patatas con salsa, maíz y panecillo 2: Perrito caliente Puré de patatas y maíz Compota de manzana y zumo de fruta	1: Pizza de queso 20 2: Ensalada All-American con palitos de pan Ensalada de espinacas y tiras de pimiento rojo Zumo fresco de manzana y fruta
23 1: Pollo a la naranja con arroz 2: Pan plano de pollo a la barbacoa Edamame y zanahorias baby Fruta mixta y zumo de fruta	1: Hamburguesa de pollo 24 con salsa característica 2: Pizzadilla de queso Patatas fritas con gofres y brócoli fresco Peras picadas y zumo de manzana	25 No hay escuela	26 No hay escuela	27 No hay escuela
1: Sándwich de hamburguesa 30 pollo 2: Paquete de Pretzel, Yogur y Queso Patatas fritas y tiras de pimiento rojo Gajos de naranja y zumo de fruta				 My School Plate

TASTE THE SUNSET

Fall is the perfect time to grab some warm, golden-orange fruits and veggies. Most orange-colored produce is high in beta-carotene and vitamin C. Our bodies convert beta-carotene into vitamin A, which supports eye, skin, and muscle health. Meanwhile, vitamin C is essential to the repair and growth of all tissues, including your bones and cartilage. Orange foods that are high in beta-carotene and vitamin C include pumpkins, carrots, papayas, oranges, peaches, and cantaloupe.

DISCOVER: TANGERINES

A close cousin of the mandarin orange, these citrusy sunshine fruits range from sweet to tart. In season late October through January, tangerines are a low-calorie snack bursting with vitamins, fiber, and antioxidants.



MANGOES: Hearty dose of folate, fiber, & vitamins C & A
Peak Season: May-September



PUMPKINS: Loaded with fiber, protein, & vitamins K & C
Peak Season: September-November



CHALLENGE OF THE MONTH: MAKE A HAPPINESS BOX



A happiness box is a great resource for when you feel worried, anxious, or scared. Decorate an old shoebox with bright colors and other happy things. Then fill the box with things that make you happy— a favorite book, photos that make you smile, pieces of candy, a soft toy, a letter from a loved one, etc. Now whenever you need a pick-me-up, your happiness box can help you feel better.



ACE'S RECIPE OF THE MONTH:

AUTUMN FRUIT SALAD*

Serves 4



INGREDIENTS:

- 6 Oranges
- 1 Pomegranate
- Sprinkle of sugar
- 1 Teaspoon of ground cinnamon
- 1 Cup concord grape juice
- Splash of lemon juice
- 2 Cinnamon sticks
- 1 tablespoon of honey

PREPARATION:

1. Peel the oranges, removing as much of the white parts as possible.
2. Cut oranges into slices and place in a serving bowl.
3. Add pomegranate seeds, sugar, cinnamon, and cranberry and lemon juices, and mix gently.
4. Then add the cinnamon sticks and the honey and keep in the fridge until serving.



***DO NOT attempt to cook or slice without adult supervision.**