



Dear Parents/Guardians:

Want your kids to eat more fruits and vegetables? (We do!)

To encourage healthy eating habits,
Arizona Middle School is now offering a
SALAD BAR.

The salad bar will include items such as:

- Lettuce, baby carrots, celery, jicama, broccoli, seasonal vegetables
- Apple slices, orange slices, banana, diced canned peaches or pears, seasonal fresh fruit
- Cubed cheese, cubed turkey, hard-cooked egg, cottage cheese, yogurt, tuna salad
- Graham crackers, animal crackers, pretzels, dinner roll, Baked chips
- Ranch dressing, Italian dressing, French dressing

If your students currently qualify for a free meal, the salad bar will be free. Otherwise, the cost will be \$1.75.

Questions? Call Child Nutrition Services at 509-6200.



Dear Parents/Guardians:

Want your kids to eat more fruits and vegetables? (We do!)

To encourage healthy eating habits,
Arizona Middle School is now offering a
SALAD BAR.

The salad bar will include items such as:

- Lettuce, baby carrots, celery, jicama, broccoli, seasonal vegetables
- Apple slices, orange slices, banana, diced canned peaches or pears, seasonal fresh fruit
- Cubed cheese, cubed turkey, hard-cooked egg, cottage cheese, yogurt, tuna salad
- Graham crackers, animal crackers, pretzels, dinner roll, Baked chips
- Ranch dressing, Italian dressing, French dressing

If your students currently qualify for a free meal, the salad bar will be free. Otherwise, the cost will be \$1.75.

Questions? Call Child Nutrition Services at 509-6200.



Estimados Padres/Guardianes:

¿Quieren que sus niños coman más frutas y verduras? (¡Nosotros sí!)

Para promover los buenos hábitos de alimentación,
La Escuela Intermedia Arizona ofrece una
BARRA DE ENSALADA.

La barra de ensalada incluirá artículos tales como:

- Lechuga, zanahorias pequeñas, apio, jicama, brócoli, vegetales de temporada
- Rebanadas de manzana, rebanadas de naranja, plátano, rebanadas de duraznos o peras enlatadas, fruta fresca de temporada
- Queso en cuadritos, Pavo en cuadritos, huevo cocido, requesón, yogurt, ensalada de atún
- Galletas de canela *Graham*, galletas de animalitos, *pretzels*, pan, papitas fritas horneadas
- Aderezo *Ranch*, Aderezo *Italian*, Aderezo *French*

Si su niño/a actualmente califica para un alimento gratis, la barra de ensalada será gratis. De otra manera el costo será de \$1.75.

¿Preguntas? Comuníquense a la Oficina de Servicios de Nutrición al 509-6200.



Estimados Padres/Guardianes:

¿Quieren que sus niños coman más frutas y verduras? (¡Nosotros sí!)

Para promover los buenos hábitos de alimentación,
La Escuela Intermedia Arizona ofrece una
BARRA DE ENSALADA.

La barra de ensalada incluirá artículos tales como:

- Lechuga, zanahorias pequeñas, apio, jicama, brócoli, vegetales de temporada
- Rebanadas de manzana, rebanadas de naranja, plátano, rebanadas de duraznos o peras enlatadas, fruta fresca de temporada
- Queso en cuadritos, Pavo en cuadritos, huevo cocido, requesón, yogurt, ensalada de atún
- Galletas de canela *Graham*, galletas de animalitos, *pretzels*, pan, papitas fritas horneadas
- Aderezo *Ranch*, Aderezo *Italian*, Aderezo *French*

Si su niño/a actualmente califica para un alimento gratis, la barra de ensalada será gratis. De otra manera el costo será de \$1.75.

¿Preguntas? Comuníquense a la Oficina de Servicios de Nutrición al 509-6200.