



# Escondido Union High School District

## District Service Center

302 North Midway Drive • Escondido, CA 92027-2741  
Telephone (760) 291-3200 • FAX (760) 739-7329

**Steve Boyle, Superintendent**

[www.euhsd.org](http://www.euhsd.org)

## BOARD OF EDUCATION

Jon Petersen  
Dane White  
Tina Pope  
Christi Knight  
Bill Durney

**WELCOME TO OUR 2018-2019 SCHOOL YEAR.** The staff of Student Nutrition Services recognizes the link between student health and learning and desires to provide a comprehensive program promoting healthy eating. We have adopted nutrition guidelines with the objectives of promoting student health and reducing childhood obesity.

Each school kitchen has a team of highly trained staff, with food safety and customer service as the highest priority. Our team works together to develop healthy and appetizing meals for the students. Many of the foods are made from scratch using whole grains, fresh fruits and vegetables, and a locally sourced bakery. Menus are analyzed and recipes adjusted to ensure they meet or exceed USDA nutrition guidelines for calories, sodium, and saturated fat.

### Here are just a few of the exciting things happening in your Nutrition Program:

- Meatless Monday options for the main lunch entrée.
- California Thursday's, where we source all ingredients for the main entrée locally.
- Supper Program for after school programs at EHS, OGHS and SPSHS. All meals free.
- Kids Community Pantry at OGHS, offered twice a month where you can receive free nutritious foods and produce.

Breakfast is the most important meal of the day, as it provides your student with the energy and nutrients that lead to increased concentration in the classroom. Breakfast is offered before school and during nutrition break.

**ONLINE APPLICATIONS** - Apply now for your student's meals online at [www.ezmealapp.com](http://www.ezmealapp.com). Please take the time to submit an application even if you think you may not qualify. You can also bring it to registration or mail it to **Student Nutrition Services, 302 N Midway Dr., Escondido, CA 92027**. You will receive a Qualification Letter by email or mail. Reduce price meals waived for the 2018-2019 **Meal application information will NOT be shared for any other purpose than determining student's eligibility to receive free or reduced meals**

**ONLINE PREPAYMENTS FOR MEALS and other food purchases, such as water, chips or fruit-** Breakfasts are \$2.50 and Lunch is \$3.50. Reduce price waived for the 2018-2019 school year. Each meal includes milk, fresh fruit/vegetables and an entrée. To access online payments go to [www.ezschooldpay.com](http://www.ezschooldpay.com)

- Easy to pay with a check card or credit card.
- Track your student's purchases and see what they are eating.
- Receive low fund notifications directly to your email.

We welcome any ideas that you may have on improving Nutrition Services. If you are interested in volunteering during our meal service or have any questions or concerns please contact me at [ezarzosa@euhsd.org](mailto:ezarzosa@euhsd.org) or (760) 291-3239. We are looking forward to the New Year.

Respectfully,

Evelyn M- Zarzosa  
Director of Student Nutrition Services

New! Sign up to receive your school lunch and breakfast menu to your email at  
<http://tinyurl.com/menueuhsd>



# Escondido Union High School District

## District Service Center

302 North Midway Drive • Escondido, CA 92027-2741  
Telephone (760) 291-3200 • FAX (760) 739-7329

**Steve Boyle, Superintendent**

[www.euhdsd.org](http://www.euhdsd.org)

## BOARD OF EDUCATION

Jon Petersen  
Dane White  
Tina Pope  
Christi Knight  
Bill Durney

**BIENVENIDOS A NUESTRO AÑO ESCOLAR 2018-2019.** El personal de servicios de nutrición de estudiantes reconoce la conexión entre la salud y el aprendizaje y deseos para proporcionar un amplio programa de promover una alimentación saludable. Hemos adoptado las directrices de nutrición con el objetivo de promover la salud de los estudiantes y reducir la obesidad infantil.

Cada cocina escolar cuenta con un equipo de personal altamente capacitado, con la seguridad alimentaria y servicio al cliente como la prioridad más alta. Nuestro equipo trabaja para elaborar comidas sanas y apetitosas para los estudiantes. Muchos de los alimentos se hacen desde cero utilizando granos enteros, frutas frescas y verduras, con pan y tortillas. Se analizan los menús y recetas ajustaron para asegurar que cumplen o exceden las pautas de nutrición de USDA para calorías, sodio y grasas saturadas.

### Aquí están algunas de las cosas interesantes en tu programa de nutrición:

- Opciones para el plato principal del almuerzo de lunes sin carne.
- California Thursday's, donde la fuente de todos los ingredientes para el plato principal son localmente.
- Programa de cena programas despues de escuela de EHS, OGHS ,SPHS. Todas las comidas son gratis.
- Despensa comunitaria de niños de OGHS, ofrecida dos veces al mes donde puede recibir alimentos y productos nutritivos gratis.

El desayuno es la comida más importante del día, ya que proporciona a su alumno con la energía y los nutrientes que llevan a mayor concentración en el aula. Se ofrece desayuno antes de la escuela y durante las vacaciones de la nutrición.

**APLICACIONES** en línea - solicitar ahora las comidas de su hijo en línea en [www.ezmealapp.com](http://www.ezmealapp.com). Por favor tómese el tiempo para presentar una solicitud, incluso si usted piensa que usted no puede calificar. También puede llevar al registro o por correo al estudiante **servicios de nutrición, 302 N Midway Dr., Escondido, CA 92027**. Usted recibirá una carta de calificación por correo electrónico o por correo. **La información de la aplicación de comida NO será compartida con ningún otro propósito que determinar la elegibilidad de los estudiantes para recibir comidas gratis o reducidas**

**ONLINE PAGOS ANTICIPADOS** para las comidas y otros alimentos compras, tales como agua, patatas fritas o frutas desayunos son \$2.50 y almuerzo es \$3.50. Precio redcuedo reunciado para el año escolar 2018-2019. Comida incluye leche, frutas verduras y un plato principal. Acceso en línea a los pagos ir a [www.ezschoolpay.com](http://www.ezschoolpay.com)

- Fácil de pagar con una tarjeta de débito o tarjeta de crédito.
- Seguimiento de las compras de su estudiante y ver lo que están comiendo.
- Recibir notificaciones de bajos fondos directamente a su correo electrónico.

Damos la bienvenida a cualquier idea que pueda tener en mejorar los servicios de nutrición. Si usted está interesado en ser voluntario durante nuestro servicio de comida o tiene alguna pregunta o inquietud por favor comuníquese conmigo al **760-291-3239** o [ezarzosa@euhdsd.org](mailto:ezarzosa@euhdsd.org). Estamos deseando que llegue el año nuevo

Respetuosamente,

Evelyn M- Zarzosa  
Directora de Servicios de Nutrición Estudiantil

¡Nuevo! Regístrese para recibir su menú de desayuno y almuerzo escolar a su correo electrónico en  
<http://tinyurl.com/menueuhdsd>