



KC NEWS

For the Family
December 2015



Healthy Holiday Treats Kids Can Make!

Festive Holiday Salad

Cut a slice of pear leaving the skin on, and then trim off lengthwise edges to form a tree trunk. Cut a pot for the tree from a slice of the apple leaving the peel



on. Use the celery stick to cut out thin strips with angled

ends for tree branches. Use a carrot slice to make a small bird that will top the tree. Assemble each tree on a plate, using carrots or small JuJubee candies for "ornaments." If using coconut, sprinkle along the bottom edge of the plate for "snow".

What you need

- Green Pear
- Celery sticks
- Red Apple
- Carrot slice
- Coconut and JuJubee candies (optional)

EAT HEALTHY AND SAVOR THE SEASONAL TREATS.
BE CONSCIOUS OF MINDFUL EATING.
EXERCISE WHEN AND HOW YOU CAN.

Winter Break Dates

Traditional Schools: Dec 21-Jan. 1
Year-Round Schools: Dec 21-Jan 18

Yogurt & Berry Holiday Parfait



In a small, clear glass container, spoon in alternate layers, starting with yogurt then a thin layer of preserves, then berries. Finish with yogurt and top with a slice of kiwi.

What you need:

- Greek Yogurt (plain or vanilla)
- Fruit Preserves
- Kiwi
- Raspberries

FREE Winter Intersession Lunches for Kids! January 4-15, 2016



Lunch is offered FREE to any child 18 years and younger—no paperwork

Location	Address	Zip	Time
City Heights Rec. Center	4380 Landis St.	92105	12-1
Colina Del Sol Rec. Center	5319 Orange Ave.	92115	12-1
Gateway CYP	2741 Mendonca Dr	92110	12-1
Jackie Robinson YMCA	151 YMCA Way	92102	12-1
Linda Vista Rec. Center	7064 Levant St.	92111	12:30-1:30
Logan Heights Public Library	567 So. 28th St.	92113	12:30-1:30
Malcolm X Public Library	5148 Market St.	92114	12-1
Mountain View Rec. Center	641 So. Boundary St	92113	1-2
North Park Rec. Center	4044 Idaho St.	92104	1-2
Paradise Hills Rec Center	610 Potomac St.	92139	1-2
Southcrest Rec. Center	4149 Newton Ave.	92113	12:30-1:30
Willie Henderson Rec. Center	1035 So. 45th St.	92113	12-1

Making the Holidays Bright

This year, Food & Nutrition Services is bringing joy to eight special families. The department, along with the District School Police, is gathering toys, games, books, sports equipment, food and clothes in an effort to make the holidays a better time for these deserving families from Balboa, Carson, Euclid, Franklin, Juarez, Sherman, Mason and King Chavez elementary schools.

The Christmas Drive is a standing tradition at Food & Nutrition Services, and each year the program keeps growing – allowing us to continue spreading holiday cheer during this season of giving.



**Healthy food.
Successful students.**
Food & Nutrition Services

This institution is an equal opportunity provider and employer.



YumYummi
Digital School Menus
www.yumyummi.com

San Diego Unified Farm to School

@SDFarmtoSchool



@SDFarmtoSchool





KC NEWS

Para la familia
Diciembre, 2015



Antojos saludables que los niños pueden hacer esta temporada

EAT HEALTHY AND SAVOR THE SEASONAL TREATS.
BE CONSCIOUS OF MINDFUL EATING.
EXERCISE WHEN AND HOW YOU CAN.

Ensalada Festiva

Corta una rebanada de pera y córtala a lo largo para formar un tronco de árbol. Déjale la cáscara. De una rebanada de manzana, recorta una maceta para el árbol dejándole la piel. Corta un tallo de apio en rebanadas delgadas para hacer en forma angular las "ramas" del árbol saliendo del tronco. Usa una zanahoria para crear un ave pequeña posada hasta arriba del árbol. Arregla un árbol en cada plato usando "adornos" de zanahoria o dulces coloridos JuJubee. Si usas coco, espolvoréalo en la parte de abajo del plato como "nieve".



Lo que necesitas

- Pera verde
- Tallos de apio
- Manzana roja
- Rebanada de zanahoria
- Coco y dulces JuJubee (opcional)

Fechas de vacaciones de invierno

Escuelas Tradicionales: Dic 21-Ene 1
Escuelas de año continuo: Dic 21-Ene 18

Postre de yogurt con bayas

En un pequeño vaso transparente, pon capas alternadas, comenzando con yogurt, luego una delgada capa de mermelada de frambuesa, luego yogurt, luego frambuesas. Termina con yogurt y una rebanada de kiwi.



Lo que necesitas:

- Yogurt griego (simple o de vainilla)
- Frambuesas en conserva
- Kiwi
- frambuesas

¡Almuerzos gratuitos durante las vacaciones!

Enero 4-15, 2016

Se ofrece almuerzos gratis para niños de 18 años o menores no necesitan documentos



Lugar	Dirección	Zip	Hora
City Heights Rec. Center	4380 Landis St.	92105	12-1
Colina Del Sol Rec. Center	5319 Orange Ave.	92115	12-1
Gateway CYP	2741 Mendonca Dr	92110	12-1
Jackie Robinson YMCA	151 YMCA Way	92102	12-1
Linda Vista Rec. Center	7064 Levant St.	92111	12:30-1:30
Logan Heights Public Library	567 So. 28th St.	92113	12:30-1:30
Malcolm X Public Library	5148 Market St.	92114	12-1
Mountain View Rec. Center	641 So. Boundary St	92113	1-2
North Park Rec. Center	4044 Idaho St.	92104	1-2
Paradise Hills Rec Center	610 Potomac St.	92139	1-2
Southcrest Rec. Center	4149 Newton Ave.	92113	12:30-1:30
Willie Henderson Rec. Center	1035 So. 45th St.	92113	12-1

Hacer que la temporada sea alegre

Este año, Servicios Alimenticios y de Nutrición dará alegría a ocho familias especiales. El departamento de Policía Escolar del Distrito, está colectando juguetes, juegos, libros, equipo deportivo, alimento y ropa para lograr hace de las fiestas una mejor temporada para estas merecedoras familia de las escuelas primarias Balboa, Carson, Euclid, Franklin, Juarez, Sherman, Mason y King Chavez.

La Colecta Navideña es una larga de Servicios Alimenticios y de Nutrición y cada año el programa crece, lo que nos permite continuar compartiendo alegría durante esta temporada.



YumYummi
Digital School Menus
www.yumyummi.com

San Diego Unified Farm to School

@SDFarmtoSchool



@SDFarmtoSchool



**Healthy food.
Successful students.**
Food & Nutrition Services



Esta institución es un proveedor y empleador que brinda igualdad de oportunidades.