

LISTA DE BOCADILLOS LIBRES DE CACAHUATE / NUECES **DE CASHMERE MIDDLE SCHOOL**

Por favor, evite bocadillos "SNACKS" que contienen cacahuete, harina de cacahuete, aceite de cacahuete o mantequilla de cacahuete u otros frutos secos. Esto incluye aperitivos con almendras, cocos, nueces del Brasil, anacardos, avellanas, nueces de macadamia, pecanas, piñones, pistachos, nueces.

TODOS LOS BOCADILLOS NECESITAN SER APROVADOS EN LA OFICINA POR UN MIEMBRO DE LA ESCUELA, DE MANERA QUE ALGUNAS COMPANIAS CAMBIAN SUS INGREDIENTES CON EL PASO DEL TIEMPO.

Gracias por su consideración y apoyo en mantener nuestros alumnos con alergias de alimentos seguros y evitar una reacción alérgica mortal en la escuela.

Favor de mantener en mente estas sugerencias. Si usted compra algo que no está en la lista, favor de leer la lista de ingredientes cuidadosamente incluyendo donde fue manufacturado.

I. OPCIONES DE BOCADILLOS (Que serán pasados para toda la clase)

A. FRUTAS/VEGETALES

- * Cualquier fruta fresca (manzanas, plátanos, mandarinas, uvas, melones, peras, ciruelas, arándanos, naranjas, duraznos, fresas, etc.)
- * Pasas de uva, arándanos y otros frutos secos (no cubiertos de chocolate o yogurt)
- * Verduras (zanahorias, tomates uva, etc.)

Todas las frutas y verduras necesitan ser pre-empacadas de la tienda, no se permite fruta o verdura que haya sido cortada en casa en una tabla que contenga trazas de cacahuete o nueces.

B. QUESO/CARNES FRIAS/LACTEOS

- * Quesos (marca de fábrica de Tillamook)
- * Kraft Handy-aperitivos con queso (con palillos rojos)
- * Yogur /Gogurts (Yoplait, Tillamook y marca Great Value)
- * Yogur griego
- * Requesón
- * Todas las carnes frías como el jamón
- ** Tenga cuidado con cualquier otra marca de envasado de sándwiches de queso y galletas, la mayoría contiene nueces/trazas de frutos secos.

Por favor note: Las etiquetas de ingredientes pueden cambiar con el tiempo, lo que siempre se recomienda que lea la etiqueta antes de comprar snacks. Por favor, lea las etiquetas cuidadosamente para asegurarse de que los productos sean libres de nueces/cacahuates. Esto incluye etiquetas que leer "puede contener residuos de cacahuates, nueces" o "Fabricado en la planta o maquinaria que también procesa nueces/cacahuates".

C. GALLETITAS

- * Triscuits, Wheat Thins, Vegetable Thins (todos los sabores)
- * Galleta marca Ritz de dinosaurios o palitos (NO Ritz bits o sandwiches)
- * Galletas marca Ritz (classic cheddar, four cheese, garlic herb)
- * Town House, Club, Toasteds
- * Cheez-Its, Cheese Nips, Better Cheddars
- * Galletas saladas y galletas Oyster
- * Wheatables, Air Crisps, Munch'ems, Keebler Snack Stix
- * Kashi Tasty Little Crackers (TLC)
- * Galletas marca Breton
- * Annie's Bunnies
- * Galletas Graham, palitos de galletas Graham
- * Galletas de marca Teddy o Teddy Graham character
- * Galletas de animalito (Austin Zoo, Barnum)
- * Cereales:
 - o Cheerios (NO Honey Nut o Frosted)
 - o Chex (Rice, Corn, Wheat)
 - o Cinnamon Toast Crunch
 - o Corn Flakes
 - o Crispix
 - o Frosted Mini-Wheats
 - o Kashi (Go Lean Crunch, Good Friends, Cinnamon Raisin Crunch, Heart to Heart)
 - o Kix plain
 - o Life (NO Vanilla Yogurt Crunch)
- * Fruit snacks (Tree Top, Twists, Gushers, Roll-ups, etc.)
- * New Nabisco 100 Calorie Packs – Yogurt flavored pretzels
- * Nabisco Toasted Chips Ritz snack mix
- * Wheaties
- * Small bagels (marca Lenders o Thomas) con queso crema (que no contenga nueces)
- * Popcorn
- * Pretzels
- * Barras de Nutrigrain de cereal o yogurt
- * Barras de Nature's Bakery fig
- * Barras de Special K (NO Honey Nut)
- * Special K Snack Bites
- * Fig Newtons (todos los sabores)
- * Rice Cakes, plain or salt-salt free (NO marca Quaker)
- * Quaker Quakes (mini rice cakes)/Mini Delights (todos los sabores)
- * Potato Soy Crisps
- * Gensoy Soy Crisps
- * Cheez-It Party Mix/Munchie Party Mixes
- * Pirates Booty

II. **BOCADILLOS ESPECIALES** (para fiestas/cumpleaños u otros festejos)

A. GALLETAS

- * Kellogg's brand Rice Krispie Treats (original)
- * Oreos (regular o golden)
- * Keebler Fudge Stripes, Fudge Grahams, Grasshopper Fudge Mint, E.L. Fudge Sandwich cookies (original y double stuffed)
- * Nabisco – Lorna Doone Shortbread
- * Gripz Chips Ahoy
- * Vanilla wafers
- * Pop Tarts
- * Pop Tarts Snack Sticks
- * Cereales azucarados como: Corn Pops, Fruit Loops, Captain Crunch (reg.), Apple Jacks
- * Algunas galletas marca Lofthouse – favor de checar la lista de ingredientes para asegurarse que diga libre de cacahuates y nueces.

B. SABRITAS

- * Bugles
- * Cheetos
- * Doritos
- * Fritos
- * Lay's potato chips
- * Pringles
- * Sun Chips
- * Tostitos
- * Kettle chips
- * Pop chips
- * Veggie straws

Por favor note: *Las etiquetas de ingredientes pueden cambiar con el tiempo, lo que siempre se recomienda que lea la etiqueta antes de comprar snacks. Por favor, lea las etiquetas cuidadosamente para asegurarse de que los productos sean libres de nueces/cacahuates. Esto incluye etiquetas que leer "puede contener residuos de cacahuates, nueces" o "Fabricado en la planta o maquinaria que también procesa nueces/cacahuates".*

C. DULCES

- * Air Heads
- * Blow pops
- * Dum-Dum suckers
- * Gummy Bears/Worms (revise las etiquetas, algunos tienen advertencias en cuanto a procesamiento alrededor de las nueces)
- * Hersey Kisses – Milk Chocolate
- * Hersey Kissables
- * Hersey bar (1.55 oz.)
- * Hersey chocolate chips
- * Jolly Ranchers
- * Junior Mints
- * Laffy Taffy
- * Life Savers (de gomita o dulce duro)
- * Mike and Ike's
- * Milk Duds
- * Mints
- * Nerds
- * Pixie Sticks
- * Ring Pops
- * Rolos
- * Skittles
- * Smarties
- * Spree
- * Starburst
- * Swedish fish
- *Tootsie pops
- * Twizzlers

D. NIEVES/PALETAS DE HIELO

- * Dreyers slow churned
- * Paletas de Healthy Choice fudge
- * Conos para nieve (marca Joy or Keebler)
- * Paletas de hielo (revise las etiquetas, algunos tienen advertencias en cuanto a procesamiento alrededor de las nueces)
- * Cool whip

Por favor note: Las etiquetas de ingredientes pueden cambiar con el tiempo, lo que siempre se recomienda que lea la etiqueta antes de comprar snacks. Por favor, lea las etiquetas cuidadosamente para asegurarse de que los productos sean libres de nueces/cacahuates. Esto incluye etiquetas que leer "puede contener residuos de cacahuates, nueces" o "Fabricado en la planta o maquinaria que también procesa nueces/cacahuates".