



October 2022

BREAKFAST MENU

MONDAY

3

Bagel & Cream Cheese
or
Mini Pancakes

10

Bagel & Cream Cheese
or
Breakfast PBJ

17

NO SCHOOL
Professional Development
Day

24

Bagel & Cream Cheese
or
Breakfast PBJ

31

Bagel & Cream Cheese
or
Mini Pancakes

TUESDAY

4

Small Muffin & Yogurt
or
Breakfast Quesadilla

11

Small Muffin & Yogurt
or
Breakfast Quesadilla

18

Small Muffin & Yogurt
or
Breakfast Quesadilla

25

Small Muffin & Yogurt
or
Breakfast Quesadilla

**FREE MEALS
FOR ALL
STUDENTS!**

WEDNESDAY

5

Coffee Cake
or
Breakfast Burrito

12

Coffee Cake
or
Breakfast Burrito

19

Coffee Cake
or
Breakfast Burrito

26

Coffee Cake
or
Breakfast Burrito

**Grab & Go
Supper and Snack
available at dismissal.
Please visit the cafeteria
for details.**

THURSDAY

6

Muffin
or
Breakfast Bowl

13

Muffin
or
Breakfast Pizza

20

Muffin
or
Breakfast Bowl

27

Muffin
or
Breakfast Pizza

**All breakfasts are
offered with
fruit or juice
and
choice of milk.**

FRIDAY

7

Yogurt Parfait
or
Breakfast Sandwich

14

Yogurt Parfait
or
Breakfast Sandwich

21

Yogurt Parfait
or
Breakfast Sandwich

28

Yogurt Parfait
or
Breakfast Sandwich

**Menu subject
to change.**

**M, W, F:
Cinnamon Toast
Crunch or
Lucky Charms
Available**

**Tu, Th:
Honey Nut
Cheerios or
Cinnamon Chex
Available**

**Breakfast
Benefit Bar
Offered Daily**

This institution is an equal opportunity provider.



October 2022

LUNCH MENU

MONDAY

3
Chef Salad
Garden Salad
Spicy Chicken Sandwich
Buffalo Chicken Tenders
Chicken Salad Sandwich

10
Chef Salad
Garden Salad
Spicy Chicken Sandwich
Chicken Nuggets
Pulled Pork Pozole

17
NO SCHOOL
Professional Development
Day

24
Chef Salad
Garden Salad
Spicy Chicken Sandwich
Chicken Nuggets
Pulled Pork Pozole

31
Chef Salad
Garden Salad
Spicy Chicken Sandwich
Buffalo Chicken Tenders
Chicken Salad Sandwich

TUESDAY

4
Chef Salad
Garden Salad
Tacos - Black Bean or Carnitas
Chicken Alfredo
Turkey Wrap

11
Chef Salad
Garden Salad
Spaghetti & Meatballs
Chicken Club Wrap
BBQ Chicken Panini

18
Chef Salad
Garden Salad
Tacos - Black Bean or Carnitas
Chicken Alfredo
Turkey Wrap

25
Chef Salad
Garden Salad
Spaghetti & Meatballs
Chicken Club Wrap
BBQ Chicken Panini

**FREE MEALS
FOR ALL
STUDENTS!**

WEDNESDAY

5
Tangerine Sunshine Salad
Garden Salad
Pizza - Meat or Cheese
Corn Dog

12
Greek Pasta Salad
Mediterranean Salad
Lasagna Roll Up
Pizza - Meat or Cheese
Hot Dog

19
Tangerine Sunshine Salad
Garden Salad
Pizza - Meat or Cheese
Corn Dog

26
Greek Pasta Salad
Mediterranean Salad
Lasagna Roll Up
Pizza - Meat or Cheese
Hot Dog

**Grab & Go
Supper and Snack
available at dismissal.
Please visit the cafeteria
for details.**

THURSDAY

6
Tangerine Sunshine Salad
Garden Salad
Cheeseburger
Turkey Ciabatta Sandwich
Burrito - Beef, Chicken, Vegan

13
Greek Pasta Salad
Mediterranean Salad
Cheeseburger
Crunchy Hawaiian Wrap
Nachos - Cheese or Supreme

20
Tangerine Sunshine Salad
Garden Salad
Cheeseburger
Turkey Ciabatta Sandwich
Burrito - Beef, Chicken, Vegan

27
Greek Pasta Salad
Mediterranean Salad
Cheeseburger
Crunchy Hawaiian Wrap
Nachos - Cheese or Supreme

**All lunches are offered
with vegetables,
fruit or juice
and
choice of milk.**

FRIDAY

7
Orange Chicken Salad
Garden Salad
Teriyaki Chicken Salad Wrap
Orange Chicken & Rice Bowl
Yogurt Parfait

14
Teriyaki Chicken Salad
Pizza Sticks
Teriyaki Chicken & Rice Bowl
Chicken Egg Rolls
Yogurt Parfait

21
Orange Chicken Salad
Garden Salad
Teriyaki Chicken Salad Wrap
Orange Chicken & Rice Bowl
Yogurt Parfait

28
Teriyaki Chicken Salad
Pizza Sticks
Teriyaki Chicken & Rice Bowl
Chicken Egg Rolls
Yogurt Parfait

**Menu subject
to change.**



This institution is an equal opportunity provider.



October 2022

SNACK & SUPPER MENU

MONDAY

3

Turkey and Cheese Kit
&
Cereal with Milk

10

Pizza Combo Kit
&
Cereal with Milk

17

NO SCHOOL
Professional Development
Day

24

Pizza Combo Kit
&
Cereal with Milk

31

Turkey and Cheese Kit
&
Cereal with Milk

TUESDAY

4

Homemade PBJ
&
Hardboiled Egg
with Crackers

11

Homemade PBJ
&
Hardboiled Egg
with Crackers

18

Homemade PBJ
&
Hardboiled Egg
with Crackers

25

Homemade PBJ
&
Hardboiled Egg
with Crackers

WEDNESDAY

5

Corndog
&
Soft Pretzel with Hummus

12

Beef Hot Dog
&
Soft Pretzel with Hummus

19

Corndog
&
Soft Pretzel with Hummus

26

Beef Hot Dog
&
Soft Pretzel with Hummus

THURSDAY

6

Turkey Sub Sandwich
&
Apples with Peanut Butter

13

Spicy Sub Sandwich
&
Apples with Peanut Butter

20

Turkey Sub Sandwich
&
Apples with Peanut Butter

27

Spicy Sub Sandwich
&
Apples with Peanut Butter

FRIDAY

7

Pizza Stick with
String Cheese
&
Yogurt with Granola

14

Pizza Stick with
String Cheese
&
Yogurt with Granola

21

Pizza Stick with
String Cheese
&
Yogurt with Granola

28

Pizza Stick with
String Cheese
&
Yogurt with Granola

**Supper and Snack include
vegetables, fruit or juice,
and a choice of milk.**

Menu subject
to
change.



**FREE MEALS
FOR ALL
STUDENTS!**



This institution is an equal opportunity provider.



Octubre 2022

MENÚ DE DESAYUNO

LUNES

3

Bagel & Queso Crema
o
Mini Panqueques

10

Bagel & Queso Crema
o
PBJ de Desayuno

17

**NO HAY ESCUELA
DÍA DE DESARROLLO
PROFESIONAL**

24

Bagel & Queso Crema
o
PBJ de Desayuno

31

Bagel & Queso Crema
o
Mini Panqueques

MARTES

4

Muffin Pequeño & Yogurt
o
Quesadilla

11

Muffin Pequeño & Yogurt
o
Quesadilla

18

Muffin Pequeño & Yogurt
o
Quesadilla

25

Muffin Pequeño & Yogurt
o
Quesadilla

**COMIDAS GRATIS
PARA TODOS LOS
ESTUDIANTES!**

MIÉRCOLES

5

Pastel de café
o
Burrito de desayuno

12

Pastel de café
o
Burrito de desayuno

19

Pastel de café
o
Burrito de desayuno

26

Pastel de café
o
Burrito de desayuno

**Cena para llevar y
refrigerio disponible a la
hora de la salida, visite la
cafeteria para obtener
más detalles**

JUEVES

6

Pan Muffin
o
Tazón de Desayuno

13

Pan Muffin
o
Pizza de Desayuno

20

Pan Muffin
o
Tazón de Desayuno

27

Pan Muffin
o
Pizza de Desayuno

**Todos los desayunos
se sirven con fruta o
jugo, y leche**

VIERNES

7

Parfait Yogur
o
Sandwich de Desayuno

14

Parfait Yogur
o
Sandwich de Desayuno

21

Parfait Yogur
o
Sandwich de Desayuno

28

Parfait Yogur
o
Sandwich de Desayuno

**Menú sujeto
a
cambios**

Lunes, Miércoles
& Viernes
Cinnamon Toast
Crunch o
Lucky Charms

Martes & Jueves
Honey Nut
Cheerios o
Cinnamon Chex

Barra Nutritiva
de Desayuno
sera ofrecida
diariamente

Esta institucion es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

MENÚ DE ALMUERZO

LUNES

3

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Sandwich de Pollo Picante
Tiras de Pollo Buffalo
Sandwich de Ensalada de Pollo

10

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Sandwich de Pollo Picante
Nuggets de Pollo
Pozole de Puerco

17

**NO HAY ESCUELA
DÍA DE DESARROLLO
PROFESIONAL**

24

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Sandwich de Pollo Picante
Nuggets de Pollo
Pozole de Puerco

31

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Sandwich de Pollo Picante
Tiras de Pollo Buffalo
Sandwich de Ensalada de Pollo

MARTES

4

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Tacos de Frigor Negro
Tacos de Carnitas
Wrap de Pavo

11

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Espaguetis y Albondigas
Wrap de Pollo
Pollo BBQ en Panini

18

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Tacos de Frigor Negro
Pollo Alfredo
Wrap de Pavo

25

Ensalada Chef
Ensalada de Verduras
Espaguetis y Albondigas
Wrap de Pollo
Pollo BBQ en Panini

MIÉRCOLES

5

Ensalada de Mandarina
Ensalada de Verduras
Pizza de Carne o Queso
Corn Dog

12

Ensalada de Pasta Griega
Ensalada Mediterranea
Rollo de Lasaña
Pizza de Carne o Queso
Hot Dog

19

Ensalada de Mandarina
Ensalada de Verduras
Pizza de Carne o Queso
Corn Dog

26

Ensalada de Mandarina
Ensalada de Verduras
Pizza de Carne o Queso
Corn Dog

**Cena para llevar y
refrigerio disponible a la
hora de la salida, visite la
cafeteria para obtener
más detalles**

JUEVES

6

Ensalada de Mandarina
Ensalada de Verduras
Hamburguesa de Queso
Sandwich Ciabatta de Pavo
Burrito de Res, Pollo, o Vegano

13

Ensalada de Pasta Griega
Ensalada Mediterranea
Hamburguesa con Queso
Wrap Hawaiano Crujiente
Nachos - de Queso o Suprememos

20

Ensalada de Mandarina
Ensalada de Verduras
Hamburguesa de Queso
Sandwich Ciabatta de Pavo
Burrito de Res, Pollo, o Vegano

27

Ensalada de Pasta Griega
Ensalada Mediterranea
Hamburguesa con Queso
Wrap Hawaiano Crujiente
Nachos - de Queso o Suprememos

**Todos los almuerzos
se sirven con fruta o
jugo, y leche**

VIERNES

7

Ensalada de Pollo a la Naranja
Ensalada de Verduras
Wrap de Ensalad de Pollo Teriyaki
Tazón de Pollo y Arroz
Parfait de Yogur

14

Ensalada de Pollo Teriyaki
Palitos de Pizza
Pollo Teriyaki & Tazón de Arroz
Rollos de Huevo de Pollo
Parfait de Yogur

21

Ensalada de Pollo a la Naranja
Ensalada de Verduras
Wrap de Ensalad de Pollo Teriyaki
Tazón de Pollo a la Naranja y Arroz
Parfait de Yogur

28

Ensalada de Pollo Teriyaki
Palitos de Pizza
Pollo Teriyaki & Tazón de Arroz
Rollos de Huevo de Pollo
Parfait de Yogur

**Menú sujeto
a
cambios**

**COMIDAS GRATIS
PARA TODOS LOS
ESTUDIANTES!**

**Se ofrecen
Ensaladas
Diariamente**



**Se Ofrecen Sandwiches
diariamente:
Sub de pavo y queso, sub
picante y sandwich PBJ**



Octubre 2022



MENÚ DE CENA Y REFRIGERIOS

LUNES

3

Kit de Pavo y Queso
&
Cereal con Leche

10

Kit Pizza Combo
&
Cereal con Leche

17

**NO HAY ESCUELA
DÍA DE DESARROLLO
PROFESIONAL**

24

Kit Pizza Combo
&
Cereal con Leche

31

Kit de Pavo y Queso
&
Cereal con Leche

MARTES

4

PBJ Hechos en Casa
&
Huevo Cocido
con Galletas

11

PBJ Hechos en Casa
&
Huevo Cocido
con Galletas

18

PBJ Hechos en Casa
&
Huevo Cocido
con Galletas

25

PBJ Hechos en Casa
&
Huevo Cocido
con Galletas

MIÉRCOLES

5

Corndog
&
Pretzel Suave con Hummus

12

Perro Caliente de Carne
&
Pretzel Suave con
Hummus

19

Corndog
&
Pretzel Suave con Hummus

26

Perro Caliente de Carne
&
Pretzel Suave con
Hummus

JUEVES

6

Bocadillo de Pavo
&
Manzanas con Mantequilla
de maní

13

Bocadillo Picante
&
Manzanas con Mantequilla
de maní

20

Bocadillo de Pavo
&
Manzanas con Mantequilla
de maní

27

Bocadillo Picante
&
Manzanas con Mantequilla
de maní

VIERNES

7

Palillos de Pizza con queso
de hebra
&
Yogurt con Granola

14

Palillos de Pizza con queso
de hebra
&
Yogurt con Granola

21

Palillos de Pizza con queso
de hebra
&
Yogurt con Granola

28

Palillos de Pizza con queso
de hebra
&
Yogurt con Granola

**Cena y Refrigerio incluye
vegetales, fruta o jugo, y
elección de leche**

**Menú Sujeto
a
Cambios**



**¡COMIDAS
GRATIS PARA
TODOS LOS
ESTUDIANTES!**

Esta institución es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades

