

High School Lunch Menu Fall 2023

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<i>Week 2</i>	July 31	Aug 1	Aug 2	Aug 3	Aug 4
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Spicy Chicken Sandwich ● Pickle, Tomato & Lettuce Cup ● Broccoli w/Cheese ● Mixed Fruit ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Turkey Taco w/ Tortilla Chips ● Black Beans ● Salsa Cup ● Orange ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Breakfast for Lunch: Chicken & Waffles ● Mixed Vegetables ● Hashbrown Patty ● Diced Pears ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● BBQ Chicken w/ Roll ● Potato Wedges ● Coleslaw ● Peach Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Garden Salad ● Seasoned Corn ● Banana ● 100% Juice ● Assorted Milk
<i>Week 3</i>	Aug 7	Aug 8	Aug 9	Aug 10	Aug 11
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Hot Dog ● Baked Beans ● Steamed Broccoli ● Apple ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fajita Chicken Wrap ● Black Beans ● Salsa Cup ● Diced Peaches ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Spaghetti w/ Meatballs & Breadstick ● Green Beans ● Baby Carrots ● Pear ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chicken Tenders w/ Biscuit ● Steamed Broccoli ● Seasoned Corn ● Applesauce Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Crinkle Cut Fries ● Garden Salad ● Orange ● 100% Juice ● Assorted Milk
<i>Week 1</i>	Aug 14	Aug 15	Aug 16	Aug 17	Aug 18
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Philly Cheese Steak ● Mixed Vegetables ● Marinara Cup ● Diced Pears ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● RPS Burger ● Crinkle Cut Fries ● Pickle, Tomato & Lettuce Cup ● Apple ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Teriyaki Chicken w/ Rice & Roll ● Steamed Broccoli ● Baked Sweet Potato ● Applesauce Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Corn Dog ● Baked Beans ● Baby Carrots ● Mixed Fruit ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Garden Salad ● Potato Wedges ● Applesauce ● 100% Juice ● Assorted Milk

Additional Daily Entree Options

- Chicken Sandwich or Pizza
- Parfait w/Fruit & Granola
- Hummus & Veggie Box
- Entree Salad

(Manager may offer 1-3 add'l options daily. Varies by school, see your cafe manager for details)

Nutrition Bites

- August is National Peach Month
- Orange fruits like peaches are rich in Vitamin C, Vitamin A, and beta-carotene, which support eye and heart health, and help your body fight disease

Lunch includes:
Choice of 1 Entree,
1-2 Vegetables, 1-2
Fruits, and 1 Milk

Menu subject to change due
to item availability

Vegetarian Options
Available Upon Request

High School Lunch Menu Fall 2023

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<i>Week 2</i>	Aug 21	Aug 22	Aug 23	Aug 24	Aug 25
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> Spicy Chicken Sandwich Pickle, Tomato & Lettuce Cup Broccoli w/Cheese Mixed Fruit 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Turkey Taco w/ Torilla Chips Black Beans Salsa Cup Orange 100% Juice Assorted Milk <p><i>"National Eat a Peach Day"</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Breakfast for Lunch: Chicken & Waffles Mixed Vegetables Hashbrown Patty Diced Pears 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> BBQ Chicken w/ Roll Potato Wedges Coleslaw Peach Cup 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Big Daddy's Pizza Garden Salad Seasoned Corn Banana 100% Juice Assorted Milk
<i>Week 3</i>	Aug 28	Aug 29	Aug 30	Aug 31	Sept 1
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> Hot Dog Baked Beans Steamed Broccoli Apple 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Fajita Chicken Wrap Black Beans Salsa Cup Diced Peaches 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Spaghetti w/ Meatballs & Breadstick Green Beans Baby Carrots Pear 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Chicken Tenders w/ Biscuit Steamed Broccoli Seasoned Corn Applesauce Cup 100% Juice Assorted Milk 	Holiday
<i>Week 1</i>	Sept 4	Sept 5	Sept 6	Sept 7	Sept 8
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	Holiday	<ul style="list-style-type: none"> RPS Burger Crinkle Cut Fries Pickle, Tomato & Lettuce Cup Apple 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Teriyaki Chicken w/ Rice & Roll Steamed Broccoli Baked Sweet Potato Applesauce Cup 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Corn Dog Baked Beans Baby Carrots Mixed Fruit 100% Juice Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> Big Daddy's Pizza Garden Salad Potato Wedges Applesauce Cup 100% Juice Assorted Milk

Additional Daily Entree Options

- Chicken Sandwich or Pizza
 - Parfait w/Fruit & Granola
 - Hummus & Veggie Box
 - Entree Salad
- (Manager may offer 1-3 add'l options daily. Varies by school, see your cafe manager for details)

Nutrition Bites

- High School lunch includes one entree (lean protein + whole grains), 1 cup of fruit, 1 cup of vegetables, and one milk.
- Students must choose at least 3 items for their meal, and may choose to take all 5 items. One item must be a fruit or vegetable.
- Learn more: frac.org/programs/national-school-lunch-program/

Lunch includes:
Choice of 1 Entree,
1-2 Vegetables, 1-2
Fruits, and 1 Milk

Menu subject to change due
to item availability

Vegetarian Options
Available Upon Request

High School Lunch Menu Fall 2023

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<i>Week 2</i>	Sept 11	Sept 12	Sept 13	Sept 14	Sept 15
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Spicy Chicken Sandwich ● Pickle, Tomato & Lettuce Cup ● Broccoli w/Cheese ● 100% Juice ● Mixed Fruit ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Turkey Taco w/ Tortilla Chips ● Black Beans ● Salsa Cup ● Orange ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Breakfast for Lunch: Chicken & Waffles ● Mixed Vegetables ● Hashbrown Patty ● Diced Pears ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● BBQ Chicken w/ Roll ● Potato Wedges ● Coleslaw ● Peach Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Garden Salad ● Seasoned Corn ● Banana ● 100% Juice ● Assorted Milk
<i>Week 3</i>	Sept 18	Sept 19	Sept 20	Sept 21	Sept 22
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Hot Dog ● Baked Beans ● Steamed Broccoli ● Apple ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Fajita Chicken Wrap ● Black Beans ● Salsa Cup ● Diced Peaches ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Spaghetti w/ Meatballs & Breadstick ● Green Beans ● Baby Carrots ● Pear ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Chicken Tenders w/ Biscuit ● Steamed Broccoli ● Seasoned Corn ● Applesauce Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Crinkle Cut Fries ● Garden Salad ● Orange ● 100% Juice ● Assorted Milk
<i>Week 1</i>	Sept 25	Sept 26	Sept 27	Sept 28	Sept 29
Entree (Choose 1) Vegetables (Choose 1-2) Fruit (Choose 1) Milk (Choose 1)	Holiday	<ul style="list-style-type: none"> ● RPS Burger ● Crinkle Cut Fries ● Pickle, Tomato & Lettuce Cup ● Apple ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Teriyaki Chicken w/ Rice & Roll ● Steamed Broccoli ● Baked Sweet Potato ● Applesauce Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Corn Dog ● Baked Beans ● Baby Carrots ● Mixed Fruit ● 100% Juice ● Assorted Milk 	<ul style="list-style-type: none"> ● Big Daddy's Pizza ● Garden Salad ● Potato Wedges ● Applesauce Cup ● 100% Juice ● Assorted Milk

Additional Daily Entree Options

- Chicken Sandwich or Pizza
 - Parfait w/Fruit & Granola
 - Hummus & Veggie Box
 - Entree Salad
- (Manager may offer 1-3 add'l options daily. Varies by school, see your cafe manager for details)

Nutrition Bites

- September is National Mushroom Month!
- Mushrooms that are grown in UV light are the only plant-based source of Vitamin D, the "sunshine vitamin" that supports bone health
- Learn More: mushroomcouncil.com/nutrition/

Lunch includes:
Choice of 1 Entree,
1-2 Vegetables, 1-2
Fruits, and 1 Milk

Menu subject to change due
to item availability

Vegetarian Options
Available Upon Request



*Menú de
almuerzo para
la escuela
secundaria*
Otoño de 2023

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana 2	31 de julio	1 de agosto	2 de agosto	3 de agosto	4 de agosto
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Sándwich de filete de pollo picante ● Taza de pepinillos, tomate y lechuga ● Brócoli con queso ● Mezcla de frutas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taco de pavo con chips de tortilla ● Frijoles negros ● Taza de salsa ● Naranja ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Desayuno para almuerzo: pollo y waffle ● Mezcla de verduras ● Tortita de papa ● Trocitos de pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pollo a la barbacoa con panecillo ● Cuñas de papa ● Ensalada de col ● Taza de durazno ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Ensalada verde ● Maíz sazonado ● Banana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada
Semana 3	7 de agosto	8 de agosto	9 de agosto	10 de agosto	11 de agosto
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Perro caliente ● Frijoles horneados ● Brócoli al vapor ● Manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Wrap de pollo a la fajita ● Frijoles pintos ● Taza de salsa ● Trocitos de durazno ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Espagueti con albóndigas y panecillo ● Ejotes ● Zanahorias bebé ● Pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Trozos de pollo empanados con panecillo ● Brócoli al vapor ● Maíz sazonado ● Taza de fresas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Papas fritas de corte ondulado ● Ensalada verde ● Naranja ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada
Semana 1	14 de agosto	15 de agosto	16 de agosto	17 de agosto	18 de agosto
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Sándwich de carne y queso estilo Philly ● Mezcla de verduras ● Taza de marinara ● Trocitos de pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Hamburguesa RPS ● Papas fritas de corte ondulado ● Taza de pepinillos, tomate y lechuga ● Manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pollo Teriyaki con arroz y panecillo ● Brócoli al vapor ● Camote horneado ● Taza de fresas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Perrito caliente de maíz ● Frijoles horneados ● Zanahorias bebé ● Mezcla de frutas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Ensalada verde ● Cuñas de papa ● Taza de puré de manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada

Opciones adicionales del plato principal disponible a diario

- Sándwich de filete de pollo o pizza
- Parfait con fruta y granola
- Caja de hummus y verduras
- Ensalada como plato principal

(La gerente puede ofrecer 1-2 opciones cada día. varía según la escuela, consulte con el gerente de la cafetería para más detalles)

Datos nutricionales

- Agosto es el Mes Nacional del Durazno
- ¿Sabías que? Hay más de 700 variedades de duraznos en el mundo.
- Las frutas anaranjadas como los duraznos contienen mucha vitamina C, vitamina A y betacaroteno, que contribuyen a la salud de los ojos y del corazón, y ayudan a su cuerpo a combatir las enfermedades.

Menú sujeto a cambios según disponibilidad

Opciones vegetarianas disponibles a petición



*Menú de
almuerzo para
la escuela
secundaria*

Otoño de 2023

El almuerzo incluye:
Elección de 1 plato principal,
1-2 Vegetales,
1-2 frutas y 1 leche

Menú sujeto a cambios según disponibilidad

Opciones vegetarianas disponibles a petición

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana 2	21 de agosto	22 de agosto	23 de agosto	24 de agosto	25 de agosto
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> • Sándwich de filete de pollo picante • Taza de pepinillos, tomate y lechuga • Brócoli con queso • Mezcla de frutas • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Taco de pavo con chips de tortilla • Frijoles negros • Taza de salsa • Naranja • Jugo de fruta 100% • Leche variada <p><i>"Día Nacional de Comer un Durazno"</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desayuno para almuerzo: pollo y waffle • Mezcla de verduras • Tortita de papa • Trocitos de pera • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Pollo a la barbacoa con panecillo • Cuñas de papa • Ensalada de col • Taza de durazno • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza Big Daddy • Ensalada verde • Maíz sazonado • Banana • Jugo de fruta 100% • Leche variada
Semana 3	28 de agosto	29 de agosto	30 de agosto	31 de agosto	1 de septiembre
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> • Perro caliente • Frijoles horneados • Brócoli al vapor • Manzana • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Wrap de pollo a la fajita • Frijoles pintos • Taza de salsa • Trocitos de durazno • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Espagueti con albóndigas y panecillo • Ejotes • Zanahorias bebé • Pera • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Trozos de pollo empanados con panecillo • Brócoli al vapor • Maíz sazonado • Taza de fresas • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	Día festivo
Semana 1	4 de septiembre	5 de septiembre	6 de septiembre	7 de septiembre	8 de septiembre
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	Día festivo	<ul style="list-style-type: none"> • Hamburguesa RPS • Papas fritas de corte ondulado • Taza de pepinillos, tomate y lechuga • Manzana • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Pollo Teriyaki con arroz y panecillo • Brócoli al vapor • Camote horneado • Taza de fresas • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Perrito caliente de maíz • Frijoles horneados • Zanahorias bebé • Mezcla de frutas • Jugo de fruta 100% • Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza Big Daddy • Ensalada verde • Cuñas de papa • Taza de puré de manzana • Jugo de fruta 100% • Leche variada

Opciones adicionales del plato principal disponible a diario

- Sándwich de filete de pollo o pizza
- Parfait con fruta y granola
- Caja de hummus y verduras
- Ensalada como plato principal

(La gerente puede ofrecer 1-2 opciones cada día. varía según la escuela, consulte con el gerente de la cafetería para más detalles)

Datos nutricionales

- El almuerzo de la escuela secundaria incluye un plato principal (proteína magra y granos integrales), 1 taza de fruta, 1 taza de verduras y una leche.
- Los estudiantes deben elegir al menos 3 cosas para su comida y pueden optar por tomar las 5 cosas. Una de las cosas debe ser una fruta o verdura.
- Para más información:

frac.org/programs/national-school-lunch-program/

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. Declaración de no discriminación del USDA:

<https://www.fns.usda.gov/civil-rights/usda-nondiscrimination-statement-other-fns-programs>



*Menú de
almuerzo para
la escuela
secundaria*

Otoño de 2023

El almuerzo incluye:
Elección de 1 plato principal,
1-2 Vegetales,
1-2 frutas y 1 leche

Menú sujeto a cambios según disponibilidad

Opciones vegetarianas disponibles a petición

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Semana 2	11 de septiembre	12 de septiembre	13 de septiembre	14 de septiembre	15 de septiembre
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Sándwich de filete de pollo picante ● Taza de pepinillos, tomate y lechuga ● Brócoli con queso ● Jugo de fruta 100% ● Mezcla de frutas ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Taco de pavo con chips de tortilla ● Frijoles negros ● Taza de salsa ● Naranja ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Desayuno para almuerzo: pollo y waffle ● Mezcla de verduras ● Tortita de papa ● Trocitos de pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pollo a la barbacoa con panecillo ● Cuñas de papa ● Ensalada de col ● Taza de durazno ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Ensalada verde ● Maíz sazonado ● Banana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada
Semana 3	18 de septiembre	19 de septiembre	20 de septiembre	21 de septiembre	22 de septiembre
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	<ul style="list-style-type: none"> ● Perro caliente ● Frijoles horneados ● Brócoli al vapor ● Manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Wrap de pollo a la fajita ● Frijoles pintos ● Taza de salsa ● Trocitos de pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Espaguete con albóndigas y panecillo ● Ejotes ● Zanahorias bebé ● Pera ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Trozos de pollo empanados con panecillo ● Brócoli al vapor ● Maíz sazonado ● Taza de fresas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Papas fritas de corte ondulado ● Ensalada verde ● Naranja ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada
Semana 1	25 de septiembre	26 de septiembre	27 de septiembre	28 de septiembre	29 de septiembre
Plato principal (Elegir 1) Vegetales (Elegir 1-2) Fruta (Elegir 1) Leche (Elegir 1)	Día festivo	<ul style="list-style-type: none"> ● Hamburguesa RPS ● Papas fritas de corte ondulado ● Taza de pepinillos, tomate y lechuga ● Manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pollo Teriyaki con arroz y panecillo ● Brócoli al vapor ● Camote horneado ● Taza de fresas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Perrito caliente de maíz ● Frijoles horneados ● Zanahorias bebé ● Mezcla de frutas ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pizza Big Daddy ● Ensalada verde ● Cuñas de papa ● Taza de puré de manzana ● Jugo de fruta 100% ● Leche variada

Opciones adicionales del plato principal disponible a diario

- Sándwich de filete de pollo o pizza
- Parfait con fruta y granola
- Caja de hummus y verduras
- Ensalada como plato principal

(La gerente puede ofrecer 1-2 opciones cada día. varía según la escuela, consulte con el gerente de la cafetería para más detalles)

Datos nutricionales

- Septiembre es Mes Nacional del Champiñón
- Los champiñones que se cultivan con la luz ultravioleta son la única fuente vegetal de la vitamina D, la "vitamina de luz del sol" que contribuye a la salud de los huesos.
- Para más información: mushroomcouncil.com/nutrition/