



# October 2023 BREAKFAST MENU



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 Egg Taco Mini Maple Pancakes Bagel & Cream Cheese Orange Dream Smoothie	3 Breakfast Cheese Quesadilla Homemade Egg Quesadilla Muffin & Yogurt Fresh Fruit & Granola Bowl	4 Coffee Cake Homemade Breakfast Burrito Lemonade Stand Smoothie	5 Chocolate Chip Muffin Breakfast Sandwich Fresh Fruit & Granola Bowl	6 Breakfast Bowl w/ Bacon Breakfast Yogurt Parfait Pineapple Smoothie
9 Egg Taco Pancake Wrap Bagel & Cream Cheese Orange Dream Smoothie	10 Breakfast Cheese Quesadilla Egg Quesadilla Muffin & Yogurt Fresh Fruit & Granola Bowl	11 Homemade Breakfast Burrito Cinnamon Roll Lemonade Stand Smoothie	12 Chocolate Chip Muffin Breakfast Sandwich Garden Omelet & Toast Fresh Fruit & Granola Bowl	13 Breakfast Pizza Breakfast Yogurt Parfait Pineapple Smoothie
16 <b>NO SCHOOL: PROFESSIONAL DEVELOPMENT</b>	17 Breakfast Cheese Quesadilla Homemade Egg Quesadilla Muffin & Yogurt Fresh Fruit & Granola Bowl	18 Coffee Cake Homemade Breakfast Burrito Lemonade Stand Smoothie	19 Chocolate Chip Muffin Breakfast Sandwich Fresh Fruit & Granola Bowl	20 Breakfast Bowl w/ Bacon Breakfast Yogurt Parfait Pineapple Smoothie
23 Egg Taco Pancake Wrap Bagel & Cream Cheese Orange Dream Smoothie	24 Breakfast Cheese Quesadilla Egg Quesadilla Muffin & Yogurt Fresh Fruit & Granola Bowl	25 Homemade Breakfast Burrito Cinnamon Roll Lemonade Stand Smoothie	26 Chocolate Chip Muffin Breakfast Sandwich Garden Omelet & Toast Fresh Fruit & Granola Bowl	27 Breakfast Pizza Breakfast Yogurt Parfait Pineapple Smoothie
30 Egg Taco Mini Maple Pancakes Bagel & Cream Cheese Orange Dream Smoothie	31 Breakfast Cheese Quesadilla Homemade Egg Quesadilla Muffin & Yogurt Fresh Fruit & Granola Bowl	<b>All breakfasts are offered with fruit or juice and choice of milk.</b>	<b>Grab &amp; Go Supper available at dismissal starting. Please visit the cafeteria for details.</b>	<b>FREE MEALS FOR ALL STUDENTS!</b>

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

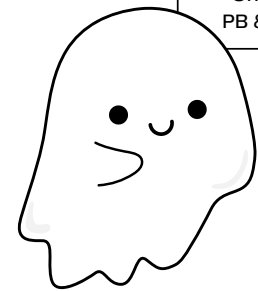
Tu, Th:  
Honey Nut  
Cheerios or  
Cinnamon Chex  
Available

Breakfast  
Benefit Bar  
Offered Daily

Menu  
subject  
to change.



# October 2023 LUNCH MENU



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p><b>2</b> Chefs or Vegan Salad Crispy Chicken Sandwich Options Buffalo Chicken Tenders Mac &amp; Cheese w/ Broccoli Chicken Salad Sandwich PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>3</b> Chefs or Vegan Salad Carnitas or Black Bean Tacos Cheeseburger Options Corn Dog Veggie Bean Burrito Bowl Chicken Caesar Salad Wrap</p>	<p><b>4</b> Sunshine or Vegan Salad Pizza Options Chicken Alfredo w/ Broccoli PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>5</b> Sunshine or Vegan Salad Cheeseburger Options Homemade Burrito Options Beef Hot Dog</p>	<p><b>6</b> Sunshine or Vegan Salad Orange Chicken &amp; Broccoli Bowl Lunch Yogurt Parfait Lunch Spicy Quesadilla Pizza Sticks with Marinara PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>
<p><b>9</b> Chefs or Garden Salad Crispy Chicken Sandwich Options Chicken Nuggets Fajita Chicken Bowl PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>10</b> Chefs or Garden Salad Cheeseburger Options Lasagna with Marinara Chicken Club Wrap BBQ Chicken Panini</p>	<p><b>11</b> Chefs or Garden Salad Spaghetti &amp; Meatballs Pizza Options Beef Hot Dog</p>	<p><b>12</b> Garden or Mediterranean Salad Cheeseburger Options Crunchy Hawaiian Wrap Turkey Ciabatta Sandwich Nachos Options</p>	<p><b>13</b> Garden or Mediterranean Salad Pizza Sticks with Marinara Teriyaki Chicken &amp; Broccoli Bowl Lunch Yogurt Parfait Lunch Spicy Quesadilla PB &amp; Fresh Fruit Sandwich Chicken Egg Rolls</p>
<p><b>16</b> <b>NO SCHOOL: PROFESSIONAL DEVELOPMENT</b></p>	<p><b>17</b> Chefs or Vegan Salad Carnitas or Black Bean Tacos Cheeseburger Options Corn Dog Veggie Bean Burrito Bowl Chicken Caesar Salad Wrap</p>	<p><b>18</b> Sunshine or Vegan Salad Pizza Options Chicken Alfredo w/ Broccoli Mac &amp; Cheese w/ Broccoli PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>19</b> Sunshine or Vegan Salad Cheeseburger Options Homemade Burrito Options Beef Hot Dog</p>	<p><b>20</b> Sunshine or Vegan Salad Orange Chicken &amp; Broccoli Bowl Lunch Yogurt Parfait Lunch Spicy Quesadilla Pizza Sticks with Marinara PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>
<p><b>23</b> Chefs or Garden Salad Crispy Chicken Sandwich Options Chicken Nuggets Fajita Chicken Bowl PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>24</b> Chefs or Garden Salad Cheeseburger Options Lasagna with Marinara Chicken Club Wrap BBQ Chicken Panini</p>	<p><b>25</b> Chefs or Garden Salad Spaghetti &amp; Meatballs Pizza Options Beef Hot Dog</p>	<p><b>26</b> Garden or Mediterranean Salad Cheeseburger Options Crunchy Hawaiian Wrap Turkey Ciabatta Sandwich Nachos Options</p>	<p><b>27</b> Garden or Mediterranean Salad Pizza Sticks with Marinara Teriyaki Chicken &amp; Broccoli Bowl Lunch Yogurt Parfait Lunch Spicy Quesadilla PB &amp; Fresh Fruit Sandwich Chicken Egg Rolls</p>
<p><b>30</b> Chefs or Vegan Salad Crispy Chicken Sandwich Options Buffalo Chicken Tenders Chicken Salad Sandwich PB &amp; Fresh Fruit Sandwich</p>	<p><b>31</b> Chefs or Vegan Salad Carnitas or Black Bean Tacos Cheeseburger Options Corn Dog Veggie Bean Burrito Bowl Chicken Caesar Salad Wrap</p>		<p><b>Grab &amp; Go Supper available at dismissal. Please visit the cafeteria for details.</b></p>	<p><b>FREE MEALS FOR ALL STUDENTS!</b></p>

Specialty Salads Offered Daily

Menu subject to change.

Sandwiches: Turkey & Cheese Sub (Tu, Th) Spicy Sub (M, W, F) and PBJ Sandwich (M-F)

# October 2023 SUPPER MENU

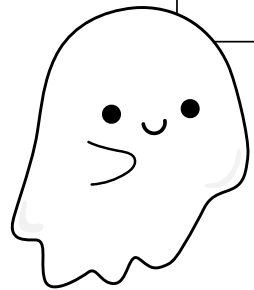
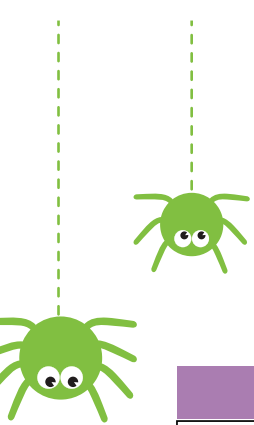
MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 Turkey and Cheese Kit	3 Corndog	4 Turkey & Cheese Sub Sandwich	5 Homemade PBJ with String Cheese	6 Pizza Stick with String Cheese
9 Turkey and Cheese Kit	10 Homemade PBJ	11 Beef Hot Dog	12 Turkey & Cheese Sub Sandwich	13 Pizza Stick with String Cheese
16 <b>NO SCHOOL: PROFESSIONAL DEVELOPMENT</b>	17 Corndog	18 Turkey & Cheese Sub Sandwich	19 Homemade PBJ with String Cheese	20 Pizza Stick with String Cheese
23 Turkey and Cheese Kit	24 Homemade PBJ	25 Beef Hot Dog	26 Turkey & Cheese Sub Sandwich	27 Pizza Stick with String Cheese
30 Turkey and Cheese Kit	31 Corndog	<b>Supper includes vegetables, fruit or juice, and a choice of milk.</b>	<b>Grab &amp; Go Supper available at dismissal starting. Please visit the cafeteria for details.</b>	<b>FREE MEALS FOR ALL STUDENTS!</b>



Menu subject to change.



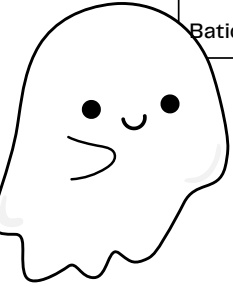
This institution is an equal opportunity provider.





Octubre 2023

# MENÚ DEL DESAYUNO



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Taco de Huevo Mini Panqueques de Arce Bagel y Queso Crema Batido de Naranja de Ensueño	3 Quesadilla de Queso Quesadilla de Huevo Casera Muffin y Yogur Tazón de Fruta Fresca y Granola	4 Pastel de Café Burrito de Desayuno Casero Batido de Limonada de Puesto	5 Muffin de Chispas de Chocolate Sándwich de Desayuno Tazón de Fruta Fresca y Granola	6 Tazón de desayuno con tocino Parfait de Yogur para el desayuno Batido de Piña
9 Taco de Huevo Envuelto de Panqueque Bagel y Queso Crema Batido de Naranja de Ensueño	10 Quesadilla de Queso Quesadilla de Huevo Casera Muffin y Yogur Tazón de Fruta Fresca y Granola	11 Burrito de Desayuno Casero Rollo de Canela Batido de Limonada de Puesto	12 Muffin de Chispas de Chocolate Sándwich de Desayuno Torta de Huevo con Verduras Tazón de Fruta Fresca y Granola	13 Pizza de Desayuno Parfait de Yogur Batido de Piña
16 <b>NO HAY ESCUELA: DESARROLLO PROFESIONAL</b>	17 Quesadilla de Queso Quesadilla de Huevo Casera Muffin y Yogur Tazón de Fruta Fresca y Granola	18 Pastel de Café Burrito de Desayuno Casero Batido de Limonada de Puesto	19 Muffin de Chispas de Chocolate Sándwich de Desayuno Tazón de Fruta Fresca y Granola	20 Tazón de desayuno con tocino Parfait de Yogur para el desayuno Batido de Piña
23 Taco de Huevo Envuelto de Panqueque Bagel y Queso Crema Batido de Naranja de Ensueño	24 Quesadilla de Queso Quesadilla de Huevo Casera Muffin y Yogur Tazón de Fruta Fresca y Granola	25 Burrito de Desayuno Casero Rollo de Canela Batido de Limonada de Puesto	26 Muffin de Chispas de Chocolate Sándwich de Desayuno Torta de Huevo con Verduras Tazón de Fruta Fresca y Granola	27 Pizza de Desayuno Parfait de Yogur Batido de Piña
30 Taco de Huevo Mini Panqueques de Arce Bagel y Queso Crema Batido de Naranja de Ensueño	31 Quesadilla de Queso Quesadilla de Huevo Casera Muffin y Yogur Tazón de Fruta Fresca y Granola	<b>Todos los desayunos se ofrecen con fruta o jugo y elección de leche</b>		<b>¡Alimentos Gratuitos Para Todos los Estudiantes!</b>

Lunes, Miércoles, y Viernes  
Dinnamon Toast  
Crunch o Lucky Charms

Martes & Jueves  
Honey Nut Cheerios o Cinnamon Chex

Barra Nutritiva de Desayuno sera ofrecida diariamente

Menú esta sujeto a cambios

Octubre 2023



# MENÚ DEL ALMUERZO

## LUNES

**2**  
Ensalada Chef o Verde  
Opciones de Sandwich de Pollo Crujiente  
Tiras de Pollo Buffalo  
Sándwich de Ensalada de Pollo  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**9**  
Ensalada Chef o Verde  
Opciones de Sandwich de Pollo Crujiente  
Tiras de Pollo  
Tazón de Fajita de Pollo  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**16**  
**NO HAY ESCUELA:  
DESARROLLO  
PROFESIONAL**

**23**  
Ensalada Chef o Verde  
Opciones de Sandwich de Pollo Crujiente  
Tiras de Pollo  
Tazón de Fajita de Pollo  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**30**  
Ensalada Chef o Verde  
Opciones de Sandwich de Pollo Crujiente  
Tiras de Pollo Buffalo  
Sándwich de Ensalada de Pollo  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

## MARTES

**3**  
Ensalada Chef o Vegana  
Tacos de Carnitas o Frigor Negro  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Corn Dog  
Envuelto de Ensalada César con Pollo

**10**  
Ensalada Chef or Verde  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Lasagna con Marinara  
Envuelto de Pollo Club  
Panini de Pollo salsa de Barbacoa

**17**  
Ensalada Chef o Vegana  
Tacos de Carnitas o Frigor Negro  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Corn Dog  
Tazon de Burrito de Frigor Vegetariano  
Envuelto de Ensalada Cesar con Pollo

**24**  
Ensalada Chef or Verde  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Lasagna con Marinara  
Envuelto de Pollo Club  
Panini de Pollo salsa de Barbacoa

**31**  
Ensalada Chef o Vegana  
Tacos de Carnitas o Frigor Negro  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Corn Dog  
Tazon de Burrito de Frigor Vegetariano  
Envuelto de Ensalada Cesar con Pollo

## MIÉRCOLES

**4**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Opciones de Pizza  
Pollo al Alfredo con Broccoli  
Mac & Cheese con Broccoli  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**11**  
Ensalada Chef o Verde  
Spaghetti y Albondigas  
Opciones de Pizza  
Hot Dog de Res

**18**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Opciones de Pizza  
Pollo al Alfredo con Broccoli  
Mac & Cheese con Broccoli  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**25**  
Ensalada Chef o Verde  
Spaghetti y Albondigas  
Opciones de Pizza  
Hot Dog de Res

## JUEVES

**5**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Opciones de Burrito Casero  
Hot Dog de Res

**12**  
Ensalada Verde o Mediterranea  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Envuelto Hawaiano Crujiente  
Sándwich Ciabatta de Pavo  
Opción de Nachos

**19**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Opciones de Burrito Casero  
Hot Dog de Res

**26**  
Ensalada Verde o Mediterranea  
Opciones de Hamburguesa con Queso  
Envuelto Hawaiano Crujiente  
Sándwich Ciabatta de Pavo  
Opción de Nachos

**Cena para llevar disponibles a la hora de la salida. Visita la cafetería para detalles**

## VIERNES

**6**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Tazón de Pollo a la Naranja y Brócoli  
Parfait de Yogur  
Quesadilla Picante  
Palitos de Pizza con Marinara  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**13**  
Ensalada Verde o Mediterranea  
Palitos de Pizza con Marinara  
Tazón de Pollo Teriyaki y Brócoli  
Parfait de Yogur  
Quesadilla Picante  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca  
Egg Rolls de Pollo

**20**  
Ensalada Sunshine o Vegana  
Tazón de Pollo a la Naranja y Brócoli  
Parfait de Yogur  
Quesadilla Picante  
Palitos de Pizza con Marinara  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca

**27**  
Ensalada Verde o Mediterranea  
Palitos de Pizza con Marinara  
Tazón de Pollo Teriyaki y Brócoli  
Parfait de Yogur  
Quesadilla Picante  
Sándwich de Mani y Fruta Fresca  
Egg Rolls de Pollo

**¡Alimentos Gratuitos Para Todos los Estudiantes!**

Se Ofrecen Ensaladas Especiales Diariamente

Menú esta sujeto a cambios

Sándwiches: Sub de Pavo y Queso (Martes, Jueves) Sub Picoo (Lunes, Miércoles, y Viernes) Sandwich de Mani y Mermelada (Lunes y Viernes)

# Octubre 2023

# MENÚ DE LA CENA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Kit de Pavo y Queso	3 Corndog	4 Sub Sándwich de Pavo y Queso	5 PBJ Casero con Queso de Hebra	6 Palitos de Pizza con Queso de Hebra
9 Kit de Pavo y Queso	10 PBJ Casero	11 Hot Dog de Res	12 Sub Sándwich de Pavo y Queso	13 Palitos de Pizza con Queso de Hebra
16 <b>NO HAY ESCUELA: DESARROLLO PROFESIONAL</b>	17 Corndog	18 Sub Sándwich de Pavo y Queso	19 PBJ Casero con Queso de Hebra	20 Palitos de Pizza con Queso de Hebra
23 Kit de Pavo y Queso	24 PBJ Casero	25 Hot Dog de Res	26 Sub Sándwich de Pavo y Queso	27 Palitos de Pizza con Queso de Hebra
30 Kit de Pavo y Queso	31 Corndog	<b>Cena incluye fruta o jugo y elección de leche</b>	<b>Cena para llevar disponibles a la hora de la salida. Visita la cafetería para detalles</b>	<b>¡Alimentos Gratuitos Para Todos los Estudiantes!</b>



Menú esta sujeto a cambios



Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades

