

MONDAY

2

Hamburguesa
con queso, macarrones
con queso (V)
Sándwich de jamón y
queso
Tater Tots
Mezcla de California

TUESDAY

3

Sándwich de pollo
crujiente Palomitas de
maíz Tazón de pollo
Ensalada abundante
Puré de patatas
Maíz
Galleta con chispas de
chocolate

WEDNESDAY

4

tDunkers de queso italiano
(V) Sub albóndigas
Caja de pizza Bento
Judías verdes con
parmesano Calabacín/
calabacín asado

THURSDAY

5

Perro de maíz
Nachos de carne y queso
Sándwich de pavo y queso
Frijoles negros mexicanos
crujientes de camote y
papas fritas

FRIDAY

6

Enchilada Suiza De Pollo Pizza
De Pepperoni
Sándwich de mantequilla y
jalea (V)
Brócoli asado y zanahorias
Frijoles refritos

9

Macarrones Alfredo De
Pollo Con Nudo De Ajo
Caja de pizza Bento
Dunkers de queso
italiano(V)
Judías verdes asadas
Brócoli asado

10

Pizza de queso
Quesadilla De Pollo (V)
Sándwich Americano
Arvejas y zanahorias
Frijoles pintos
Galleta con chispas de chocolate

11

Sándwich De Queso A La
Parrilla (V) Espagueti Y
Albóndigas Con Palito De
Pan
Sándwich de pavo y queso
Ensalada de repollo Carolina
Maíz Azteca

12

Perro con chile
Pastel de chili
Sándwich de mantequilla y
jalea (V)
Ensalada de repollo Carolina
Maíz Azteca

13

Nuggets de pollo
con panecillo
Hamburguesa
vegetariana (V) Sándwich
de jamón y queso
Zanahorias glaseadas
Puré de papas/salsa

Local ingredients used when seasonally available

16

Nachos caminando
con Pico De Gallo
Sándwich de pollo BBQ
Sunbetter y gelatina (V)
Frijoles refritos
Ensalada De Repollo Con Cinta
Azul

17

Macarrones con queso
(V) con nudo de ajo
Perro de maíz
Wrap de pollo crujiente
Papas fritas arrugadas
con brócoli asado
Galleta con chispas de
chocolate

18

Fall Break

19

Fall Break

20

Fall Break

Variety of fat-free and non-fat milk offered daily

23

Muslo De Pollo Con Pollo Y
Waffles
Sándwich de jamón y queso
Patatas fritas arrugadas
Manzanas con canela al
horno

24

Dunker de queso italiano (V)
Lasgana con palito de pan
Envuelto de pollo búfalo
Judías verdes con parmesano
Calabacín/Calabacín Asado
Galleta con chispas de
chocolate

25

Nachos con frijoles y
queso(V)
Nachos mexicanos de pollo
Wrap de pollo crujiente
Elotes de Maíz
Frijoles charros

26

Perro retorcido
Pollo naranja
Sándwich de mantequilla y
jalea (V)
Brócoli asado
Tarteritos
Jugo

27

Pizza de queso (V)
Wrap de pollo César
derretido con jamón y
queso
Papas fritas arrugadas
Mezcla de California

30

Sándwiches de costillas a
la barbacoa Penne al
horno (V)
con nudo de ajo
Sándwich americano
Patatas fritas arrugadas
Judías verdes asadas

31

Pizza de queso (V)
Hamburguesa
Wrap César De Pollo
Papas fritas arrugadas
Brócoli asado
Galleta con chispas de chocolate

Menu subject to change based on product availability

This institution is an equal opportunity provider.

How Pizza Got Its Name

Some claim there are only two true pizzas — the marinara and the margherita. These two “pure” pizzas are the ones preferred by many Italians today. The marinara is the older of the two and is topped with tomato, oregano, garlic and extra virgin olive oil. It is named “marinara” because it was traditionally the food prepared by “la marinara”, the seaman’s wife, for her seafaring husband when he returned from fishing trips in the Bay of Naples. The margherita is topped with modest amounts of tomato sauce, mozzarella cheese

and fresh basil. Tale has it that, in 1889, a baker created three different pizzas for the visit of King Umberto I and Queen Margherita of Savoy. The Queen’s favorite was a pizza evoking the colors of the Italian flag — green (basil leaves), white (mozzarella) and red (tomatoes). According to the tale, this combination was named Pizza Margherita in her honor. Although those were the most preferred, today there are many variations of pizzas.



Sodexo is committed to promoting healthier food choices and encourages students and families to use the USDA MyPlate to build healthy and balanced meals.

www.liftoffplayground.com

BREAKFAST MENU

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 de octubre Barra de brunch con tostadas de canela Coca ~~~~~ Jugo y Leche	3 de octubre Galleta con Salsa Rodaja de naranja ~~~~~ Leche	4 de octubre Pizza de desayuno Banana ~~~~~ Jugo y Leche	5 de octubre Muffin inglés de jamón y queso Duraznos en cubitos ~~~~~ Jugo y leche	6 de octubre Galleta De Salchicha Coca ~~~~~ Jugo y Leche
9 de octubre Salchicha De Panqueques Mordeduras Coca ~~~~~ Jugo y Leche	10 de octubre Galletas Con Salsa Banana ~~~~~ Leche	11 de octubre Pizza de desayuno Banana ~~~~~ Jugo y Leche	12 de octubre Muffin Inglés De Jamón Y Queso Melocotones cortados en cubitos ~~~~~ Leche	13 de octubre Pollo y gófres Apiladores manzana fresca ~~~~~ Jugo y Leche
16 de octubre Barra de desayuno de canela Coca ~~~~~ Jugo y Leche	17 de octubre Rollos de canela Rodajas De Naranja ~~~~~ Leche	Fall Break	Fall Break	Fall Break
23 de octubre Mini bocados de tostadas francesas Puré de manzana ~~~~~ Jugo y Leche	24 de octubre Galletas y salsa Sonrisas naranjas ~~~~~ Leche	25 de octubre Pizza de desayuno Banana ~~~~~ Jugo y Leche	26 de octubre Muffin inglés de jamón y queso Melocotones cortados en cubitos ~~~~~ Leche	27 de octubre Muffin inglés Manzanas naturales ~~~~~ Jugo y leche
30 de octubre Palitos de tostadas francesas Coca ~~~~~ Jugo y Leche	31 de octubre Galletas y salsa Sonrisas naranjas ~~~~~ Leche			<i>Variedad de cereales ¡Se ofrece diariamente!</i>

Fresh Pick Recipe

BLUEBERRY AND CUCUMBER SALAD

- 1 Cucumber (medium/peeled/sliced thin in rounds)
- 1 c Blueberries
- 1 c Strawberries(sliced)
- ¼ c onion(sliced thin)
- Salt and pepper to taste
- 2 T Salad oil(light)
- 2 T Vinegar(red or white)
- 2 T Fresh parsley

1. Prepare ingredients as directed.
2. In medium bowl, place the cucumber, blueberries, strawberries, and onion.
3. Toss with the oil and vinegar and add salt and pepper to taste. Garnish with parsley.

We are so excited to be back for another outstanding school year!
 We hope to inspire and encourage all students to make healthy choices regularly!