

早餐菜单

每天供应什锦谷物和酸奶或奶酪棒。早餐包括自选水果/100%果汁和牛奶。

周一	周二	周二	周四	周五
香肠(猪肉)和吐司(WG)	法式吐司烘焙(WG)	香肠(猪肉)早餐披萨(WG)	炒鸡蛋和吐司(WG)	糖浆煎饼(WG)

让我们开始做饭吧

上课集中注意力可以提高你的烹饪技巧。在浏览菜谱时，计数、测量和分量等数学概念会自然展开



午餐主菜选择一

特色蔬菜沙拉配晚餐卷(WG)或每日供应火鸡火腿奶酪三明治。所有午餐均包括自选水果、蔬菜和牛奶

周一	周二	周二	周四	周五
脆皮鸡块(WG)晚餐卷(WG)	披萨日！ 奶酪或意大利辣香肠	吐司芝士三明治(WG)	脆皮鸡肉汉堡(WG)	Mozzarella Sticks WG Marinara Dipping Sauce

午餐主菜二选一

情绪提升 满足您的心情。 谁想要幸福？我们都喜欢这样，不是吗？ 一些快乐的食物有鳄梨、青椒、西红柿、爆米花和芒果。	1	2	3
	阿尔弗雷多鸡肉法式面包 披萨(WG) 烤炸薯条	超级(牛肉)玉米片(WG) 调味黑豆	★ Nat'l Sandwich Day ★ 手撕猪肉三明治(WG) 蒸胡萝卜
6	7	8	9
阿尔弗雷多鸡(WG) 烤西兰花	肉丸(牛肉)三明治(WG) 烤炸薯条	热狗(火鸡)(WG) 蒸胡萝卜	芝士塔基托(鸡肉)和莎莎酱 调味黑豆
13	14	15	16
肉丸意大利面(牛肉)(WG) 烤西兰花	烧烤排骨三明治(猪肉)(WG) 烤炸薯条	鸡肉(WG)和华夫饼 蒸胡萝卜	辣酱玉米饼馅(牛肉) 调味黑豆
20	21	22	23
FALL BREAK - School not in session			
27	28	29	30
通心粉和奶酪 烤西兰花	鸡肉炒饭碗 调味青豆	芝士汉堡(WG) 烤土豆泥	红通心粉(WG) 蒸胡萝卜
10	17	School not in session	

社区资格规定(CEP)是学校的非定价膳食服务选项。有资格获得 CEP 的小学是 Ardenwald、Bilquist、Lewelling、Linwood、Milwaukie、El Puente、Oak Grove、Riverside 和 Whitcomb 小学。符合条件的中学是密尔沃基高中、新城市高中、佩斯高中和罗威中学。所有菜单项可能会根据产品供应情况而有所变化。(WG) = 全麦。问题或意见？请致电 NCS D 营养服务 (503) 353-6068。免费和优惠热线 (503) 353-6034

2022-2023 膳食价格	早餐用餐:	午餐用餐:	纯牛奶
有薪酬的	\$2.05	\$3.10	50¢
免费和优惠	\$0.00	\$0.00	50¢
Adult Meal	\$3.10	\$4.90	50¢

将资金添加到您学生的膳食账户：
<https://linqconnect.com>
(原来的 Titan Family)

该机构是提供平等机会的机构。