

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

1

Pan Italiano con salsa de Pizza (V)
Alfredo de Pollo con Pan de Ajo
Caja de Bento de Pizza

Brócoli Asado
Ejotes Asados

2

Quesadilla de Pollo
Sándwich Americano
Pizza de Queso

Guisante y Zanahorias
Frijoles Pinto
Galleta de Chispas con Chocolate

3

Espaguetis con Albondigas y Pan
Bolillo
Sándwich Tostado con Queso
Sándwich de Pavo y Queso

Papas Fritas de Camote
Calabaza Asadas

4

Hotdog con Chili y Queso
Pastellito de Chili y Frito
Sándwich de Mantequilla y
Jalea (V)

Ensalada Carolina
Elote Azteca

5

Nuggets de Pollo con panecillo
Sándwich de Jamón y Queso
Hamburguesa Vegetariana (V)

Zanahorias Glaseadas con
Sabor a Manzana
Puré de Papa con Gravy

8

Sándwich de Pollo en BBQ
Nachos
Sándwich de Mantequilla y Jalea (V)

Ensalada de Col
Frijoles Refritos

9

Macarrones con Queso y Pan de
Ajo
Corn Dog
Wrap de Pollo

Papas Fritas
Brócoli Asado
Galleta de Chispas con Chocolate

10

Desayuno para Almorzar
Tostada Francesa
Huevos Revueltos con salchicha
Sándwich Americano
Pizza de Pepperoni

Manzana homeadas con canela
y pasas
Ejotes Verdes Asado

11

Espaguetis de Pollo y Queso
con Pan Bolillo
Nuggets de Pollo con Panecillo
Wrap de Pollo con salsa César

Guisante y Zanahorias
Puré de Papa

12

Sándwich de Carne Molida
"Sloppy Joes"
Hamburguesa
Parfait de Durazno (V)

Verduras Mixtas del Jardin
Papas Tots

Local ingredients used when seasonally available

15

Nuggets de Pollo con Waffles
Muslo de Pollo Glaseado con
Waffles
Sándwich de Jamón y Queso
Manzanas Homeadas con canela y
pasas
Papas Fritas de Camote

16

Pan Italiano con salsa de Pizza (V)
Lasaña con Pan Bolillo
Wrap de Pollo con salsa de Búfalo
Ejotes Verdes con Parmesano
Calabaza Asadas
Galleta de Chispas con Chocolate

17

Nachos Mexi de Pollo Nachos
de Frijoles y Queso (V)
Wrap de Pollo
Elote Asados estilo Mexicano
Frijoles Charro

18

Pollo a la Naranja con
Arroz Integral
Twisted Dog
Sándwich de Mantequilla y Jalea con
Quesito (V)
Brócoli Asado
Papas Tots

19

Pizza de Queso "Old School" (V)
Sándwich de Jamón y Queso a la
Parilla
Wrap de Pollo con salsa César
Verduras Mixtas Homeadas
Papas Fritas

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

22

Pasta de Penne Homeada con Pan
Bolillo (V)
Chuletón a la Barbacoa
Sándwich Americano
Ejotes Asados
Papas Fritas de Camote

23

Pizza de Queso "Old School" (V)
Hamburguesa
Wrap de Pollo con salsa César
Brócoli Asado
Papas Fritas
Galleta de Chispas con
Chocolate

24

Hamburguesa de Pollo con
Parmesano
Nuggets de Pollo con Panecillo
Parfait de Fresa y Platano (V)
Calabaza Asadas
Papas Fritas

25

Totchos Carnoso
Quesadilla de Queso (V)
Wrap de Pollo
Elote Asado
Papas Tots

26

(V) denotes vegetarian-friendly item

29

Macarrones con Queso
con Pan Bolillo (V)
Hamburguesa de Queso
Sándwich de Jamón y
Queso
Verduras Mixtas
Papas Tots

30

Palomitas de Pollo con panecillo
Ensalada del Jardin con
panecillo (V)
Hamburguesa de Pollo
Elote
Puré de Papa con Gravy Galleta
de Chispas con Chocolate



Menu subject to change based on product availability

This institution is an equal opportunity provider.

Mathematics Awareness Month

April is Mathematics and Statistics Awareness Month. Since the start of Mathematics Awareness Week back in 1986, the aim has been to increase the level of interest in the study of mathematics and increase the level of public understanding and appreciation for the wide range of applications for mathematics in fields as diverse as manufacturing, business and medicine. However, sometimes we overlook a daily activity that can help students not only advance their math skills but also establish

life skills. That activity is cooking. Cooking with recipes engages reading skills, comprehension and math. Recipes might include fractions, measuring and portioning—many of the basic skills students need to excel in math. Consider encouraging your child to select a few recipes he or she would like to make. Then, take some extra time to have fun and appreciate together the opportunity cooking brings to build a greater understanding and appreciation for mathematics.



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.liftoffsplyground.com

BREAKFAST MENU

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
April 1 Tostada Francesa Puré de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche	April 2 Pizza de Salchicha Plátano ~~~~~ Leche	April 3 Burrito de Desayuno Huevos y Queso Rodajas de Naranjas ~~~~~ Jugo y Leche	April 4 Bizcochos Americanos Galletas de graham Plátano ~~~~~ Leche	April 5 Bocadillos de Panqueques y Salchicha Rodajas de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche
April 8 Bar de Tostada de Canela Puré de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche	April 9 Huevos Revueltos Pan Tostado Plátano ~~~~~ Leche	April 10 Bizcochos Americanos Galletas de graham Rodajas de Naranjas ~~~~~ Jugo y Leche	April 11 Muffin de Ingles con Jamón y Queso Craisins ~~~~~ Leche	April 12 Bizcochos de Salchicha Rodajas de Manzanas ~~~~~ Jugo y Leche
April 15 Bocadillos de Tostada Francesa Puré de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche	April 16 Sándwich de Desayuno Plátano ~~~~~ Leche	April 17 Pizza de Salchicha Rodajas de Naranjas ~~~~~ Jugo y Leche	April 18 Pollo con Waffles Platano ~~~~~ Leche	April 19 Panqueques Rodajas de Manzanas ~~~~~ Jugo y Leche
April 22 Bocadillos de Panqueques con Salchicha Puré de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche	April 23 Bizcochos Americanos Galletas de graham Plátano ~~~~~ Leche	April 24 Burrito de Desayuno Huevos y Queso Rodajas de Naranjas ~~~~~ Jugo y Leche	April 25 Muffin de Ingles con Jamón y Queso Craisins ~~~~~ Leche	
April 29 Bocadillos de Tostada Francesa Puré de Manzana ~~~~~ Jugo y Leche	April 30 Sándwich de Desayuno Plátano ~~~~~ Leche			Variety of cereal, fat-free, & low-fat milk offered daily

Fresh Pick Recipe

EGG WHITE OMELETTE WITH SPINACH OR CHARD (MAKES 1 OMELETTE)

- 1 teaspoon olive oil
- 2 cups spinach or chard leaves
- pepper (freshly milled)
- 3 egg whites, beaten with 1/2 teaspoon chopped marjoram or chives

1. In a small nonstick skillet, heat one teaspoon of oil.
2. Add the spinach or chard, and cook until it's wilted.
3. Season with salt and pepper, then move to a plate.
4. Add the second teaspoon of oil to the pan, then pour in the whites. Tilt the pan to spread them out, then cook over medium heat until they're set.
5. Season with a pinch of salt and pepper, arrange the spinach over 1/3 of the eggs, then gently prod the eggs over to make a rolled omelette.