

Вудбурнская начальная школа

Меню завтраков и обедов

Март-Июнь
2024-25

Дополнительные варианты

ЗАВТРАК

Хлопья или батончик
из хлопьев

Обезжиренное или
1% молоко

Каждый ученик
получает ½ чашки
фруктов со своим
завтраком.

ОБЕД

Обезжиренное
белое или
шоколадное молоко.
Разнообразие
свежих и
консервирован-ных
фруктов и овощей.

Каждый ученик
получает ½ чашки
фруктов и/или
овощей с обедом

Блюда, помеченные
звездочкой* могут
содержать свинину.

**Это меню
может
измениться без
предупреждения.**

НЕДЕЛЯ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
1	Пицца на завтрак Макароны с сыром и хлебом Сосиска в кукурузном тесте	Мини-оладьи Пицца* Бутерброд с ветчиной и сыром	Бисквит с яблоком Куриные палочки & хлеб Бутерброд с ореховым маслом	Булочка с корицей Курица & бурый рис Сосиска в тесте	Хлопья & клубника Завтрак на обед Рыбные палочки
2	Мини-булочки с начинкой Терияки-курица & жареная лапша Горячий бутерброд с сыром	Кукурузные лепешки с яйцом Пепперони* Пицца Бутерброд с барбекю	Гренки Гамбургер Бутерброд с ореховым маслом	Йогурт и булочка Чипсы "Начо" Пицца-палочки	Сосиски на завтрак Печеная курица с салатом и булочкой Буррито с фасолью
3	Заврак Энчилада, Эмпанада Сосиска в кукурузном тесте	Мини-оладьи Пицца Бутерброд с колбасой	Банановый хлеб Бутерброд с куриной котлетой Бутерброд с ореховым маслом	Буррито Фрикадельки с пюре и подливой Йогурт, сыр & булочка	Булочка со сладким сыром Пицца Крендель с сырым соусом
4	Горячая овсянка Курица по-китайски с рисом Кесадилья с курицей	Оладьи Пепперони* Пицца Рулет с курицей	Гренки Куриные наггетсы с хлебом Бутерброд с ореховым маслом	Йогурт & гранола Спагетти с мясным соусом Пицца - палочки	Блинчик с мясом Бутерброд с барбекю Буррито с фасолью

Советы по здоровому питанию: употребление воды для здорового тела

- Рекомендуется пить 8 стаканов воды в день
- пей воду вместо напитков, содержащих сахар
- Добавь дольку лимона в воду. Это улучшит вкус воды, и поможет тебе пить больше воды в течении дня.

Март							Апрель							Май							Июнь						
S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S	S	M	T	W	Th	F	S
						1		31	1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30		29	30					

Это
учереждение
предоставляет
равные
возможности.

1 неделя

2 неделя

3 неделя

4 неделя