



Cap High Lunch Menu



May 2025

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
For more information on the menu items, such as allergens, visit SchoolCafe.com/MMSD		In the month of May we celebrate Asian Americans and Pacific Islanders and the vast unique experiences of their traditions and cultures.		
5 Hot Dog & Tater Tots Cheese Pizza Chicken Caesar Salad Turkey and Cheese Sub with Chips Blueberries, Craisins Chickpeas, Baby Carrots	6 Chicken Strips Buffalo Chicken Salad Little Italy Grab n Go Sandwich Bosco Sticks Strawberries, Applesauce Grape Tomatoes, Pickles	7 Sriracha Honey Wings with Potato Wedges Buffalo Chicken Salad Bean and Cheese Burrito Blueberries, Bananas Cauliflower, Broccoli	8 Pepperoni Pizza Chicken Caesar Salad Bosco Sticks Strawberries, Pineapple Celery Sticks, Green Peas	9 Chicken Patty on a Bun w/ Potato Wedges Chicken Caesar Salad Cheesy Pull-Aparts Blueberries, Bananas Corn, Baby Carrots
12 Hot Dog & Tater Tots Cheese Pizza Chicken Caesar Salad Strawberries, Craisins Chickpeas, Grape Tomatoes	13 Cheeseburger Chicken Patty on a Bun w/ Potato Wedges Bosco Sticks Blueberries, Applesauce Baby Carrots, Corn	14 Sweet Chili Wings with Potato Wedges & Roll Buffalo Chicken Salad Bean & Cheese Burrito Strawberries, Banana, Cauliflower, Zucchini	15 Pepperoni Pizza Chicken Strips & Biscuit Chicken Caesar Salad Blueberries Pineapple, Broccoli, Celery Sticks	16 BBQ Boneless Wings with Tater Tots Chicken Caesar Salad Quesadilla Taco Bites Strawberries, Bananas Peas, Grape Tomatoes
19 Hot Dog & Tater Tots Cheese Pizza Chicken Caesar Salad Turkey and Cheese Sub with Chips Blueberries, Craisins Chickpeas, Baby Carrots	20 Chicken Strips with Potato Wedges Buffalo Chicken Salad Bosco Sticks Strawberries, Applesauce Baby Carrots, Pickles	21 Sweet BBQ Wings with Potato Wedges Buffalo Chicken Salad Bean & Cheese Burrito Blueberries, Bananas Cauliflower, Grape Tomatoes	22 Pepperoni Pizza Chicken Teriyaki Rice Tofu Teriyaki Rice Bosco Sticks Strawberries Pineapple, Peas, Cucumbers	23 Buffalo Boneless Wings with Roll Grab n Go Sub Chicken Caesar Salad Cheesy Pull-Aparts Blueberries, Bananas Corn, Baby Carrots
26 Memorial Day No School	27 Chicken Strips with Potato Wedges Buffalo Chicken Salad Bosco Sticks Blueberries, Applesauce Carrots, Green Peas	28 Buffalo Chicken Wings Chicken Caesar Salad Bean & Cheese Burrito Strawberries, Bananas Corn, Celery Sticks	29 Pepperoni Pizza Buffalo Chicken Salad Bosco Sticks Blueberries Pineapple, Broccoli, Cauliflower	30 Sweet Chili Boneless Wings with Roll Chicken Caesar Salad Bean & Cheese Burrito Strawberries, Bananas Grape Tomatoes Zucchini

Milk
Offered Daily

- 1% Chocolate
- 1% White
- Skim White



Dressed Romaine Lettuce will be featured on the garden bar daily.

Odd Dates: Ranch Salad Dressing with Shredded Cheddar and Croutons

Even Dates: Caesar Salad Dressing with Parmesan Cheese and Croutons



Menú de almuerzo de la Escuela Preparatoria Capital

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Para obtener más información sobre los platillos en el menú, como los alérgenos, visite SchoolCafe.com/MMSD</p>		<p>En el mes de mayo celebramos a los asiáticos americanos y los isleños del Pacífico así como las vastas experiencias únicas de tradiciones y culturas.</p>		
<p>5 Perro caliente y croquetas de papa frita Pizza de queso Ensalada de pollo estilo César Sándwich de jamón de pavo y queso con totopos Moras azules, Arándanos deshidratados, Garbanzos, Mini zanahorias</p>	<p>6 Tiras de pollo Ensalada de pollo con salsa Buffalo Pequeño sándwich preempacado estilo italiano Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Fresas, Puré de manzana, Tomates uva, Pepinillos</p>	<p>7 Alitas de pollo con salsa Sriracha y miel con trozos de papa Ensalada de pollo con salsa Buffalo Burrito con frijoles y queso Moras azules, Plátanos, Coliflor, Brócoli</p>	<p>8 Pizza de pepperoni Ensalada de pollo estilo César Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Fresas, Piña, Tiras de apio, Chicharos</p>	<p>9 Hamburguesa de pollo sobre un panecillo con trozos de papa Ensalada de pollo estilo César Pan relleno de queso para desgajar Moras azules, Plátanos, Maíz, Mini zanahorias</p>
<p>12 Perro caliente y croquetas de papa frita Pizza de queso Ensalada de pollo estilo César Fresas, Arándanos deshidratados, Garbanzos, Tomates uva</p>	<p>13 Hamburguesa con queso Hamburguesa de pollo sobre un panecillo con trozos de papa Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Moras azules, Puré de manzana, Mini zanahorias, Maíz</p>	<p>14 Alitas con salsa de chile dulce con trozos de papa y panecillo Ensalada de pollo con salsa Buffalo Burrito de frijoles y queso Fresas, Plátano, Coliflor, Calabacín</p>	<p>15 Pizza de pepperoni Tiras de pollo y panecillo Ensalada de pollo estilo César Moras azules, Piña, Bócoli, Tiras de apio</p>	<p>16 Alitas deshuesadas con salsa barbacoa con croquetas de papa frita Ensalada de pollo estilo César Trozos de quesadilla con carne de res Fresas, Plátanos, Chicharos, Tomates uva</p>
<p>19 Perro caliente con croquetas de papa frita Pizza de queso Ensalada de pollo estilo César Sándwich de jamón de pavo y queso con totopos Moras azules, Arándanos deshidratados, Garbanzos, Mini zanahorias</p>	<p>20 Tiras de pollo con trozos de papa Ensalada de pollo con salsa Buffalo Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Fresas, Puré de manzana, Mini zanahorias, Pepinillos</p>	<p>21 Alitas de pollo con salsa barbacoa con trozos de papa frita Ensalada de pollo con salsa Buffalo Burrito de frijoles y queso Moras azules, Plátanos, Coliflor, Tomates uva</p>	<p>22 Pizza de pepperoni Pollo en salsa Teriyaki con arroz Tofu en salsa Teriyaki con arroz Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Fresas, Piña, Chicharos, Pepinos</p>	<p>23 Alitas deshuesadas con salsa Buffalo con panecillo Sándwich preempacado Ensalada de pollo estilo César Pan relleno de queso para desgajar Moras azules, Plátanos, Maíz, Mini zanahorias</p>
<p>26 NO HAY CLASES CONMEMORACIÓN DE LOS SOLDADOS CAÍDOS</p>	<p>27 Tiras de pollo con trozos de papa Ensalada de pollo con salsa Buffalo Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Moras azules, Puré de manzana, Zanahorias, Chicharos</p>	<p>28 Alitas de pollo con salsa Buffalo Ensalada de pollo estilo César Burrito de frijoles y queso Fresas, Plátanos, Maíz, Tiras de apio</p>	<p>29 Pizza de pepperoni Ensalada de pollo con salsa Buffalo Palitos de pan rellenos de queso estilo Bosco Moras azules, Piña, Brócoli, Coliflor</p>	<p>30 Alitas deshuesadas con salsa de chile dulce con panecillo Ensalada de pollo estilo César Burrito de frijoles y queso Fresas, Plátanos, Tomates uva, Calabacín</p>

Leche

Disponible diariamente

1% de grasa con chocolate

1% de grasa sola

Descremada sola



Se ofrecerá diariamente lechuga romana aderezada en el mostrador de productos frescos de la huerta.
Fechas impares: Aderezo para ensaladas estilo Ranch con queso Cheddar rallado y trocitos de pan tostado.
Fechas pares: Aderezo para ensalada estilo César con queso parmesano y trocitos de pan tostado.