# Preschool Menu

# September 2025

Farm to School

ITEMS OF THE MONTH:

**NECTARINES, PEACHES, & WATERMELON**

## Key

- House-Made
- Locally-Grown/Sourced
- Vegetarian Entrees
- Vegan Entrees — All fruits, fresh vegetables, & cereals are vegan.
- Contains Pork
- All grains are whole-grain rich
- NEW — New Item

MENUS ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE.

Scan QR code for more information menu

CALIFORNIA FARM TO SCHOOL NETWORK

Nutrition Services Long Beach USD

| MON | TUE | WED | THU | FRI |
|---|---|---|---|---|
| **1**<br>Labor Day - No School | **2**<br>BREAKFAST<br>**Egg, Cheese & Turkey Sausage Breakfast Burrito**<br>Pineapple<br>LUNCH<br>**Chicken & Cheese Taquitos**<br>Fresh Orange Wedges<br>Fresh Baby Carrots | **3**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Peaches<br>LUNCH<br>**Pancakes & Sausage**<br>Fresh Apple Slices<br>Potato Rounds | **4**<br>BREAKFAST<br>**Cinnamon Waffle**<br>Fresh Apple Slices<br>LUNCH<br>**Chicken Tenders**<br>*Farm to School Nectarines*<br>Fresh Broccoli | **5**<br>BREAKFAST<br>**Bagel w/Cream Cheese**<br>Variety Fruit<br>LUNCH<br>**Chili Cheese Nachos**<br>Frozen Strawberry Cup<br>Mixed Salad Greens |
| **8**<br>BREAKFAST<br>**Pizza Bagel**<br>Mixed Fruit<br>LUNCH<br>**Orange Chicken w/Rice**<br>Fresh Apple Slices<br>California Mixed Vegetables | **9**<br>BREAKFAST<br>**Egg & Cheese Biscuit**<br>Pineapple<br>LUNCH<br>**Garlic Cheese Bread w/Marinara**<br>Fresh Orange Wedges<br>Fresh Baby Carrots | **10**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Peaches<br>LUNCH<br>**Cheese Quesadilla**<br>Applesauce Cup<br>Fresh Cucumbers | **11**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Fresh Apple Slices<br>LUNCH<br>**Boneless Chicken Wings**<br>*Farm to School Peaches*<br>Fresh Broccoli | **12**<br>BREAKFAST<br>**Mini Maple Pancakes**<br>Variety Fruit<br>LUNCH<br>**Pepperoni Pizza**<br>Frozen Peach Cup<br>Corn w/Tajin |
| **15**<br>BREAKFAST<br>**French Toast Sticks**<br>Mixed Fruit<br>LUNCH<br>**BBQ Turkey Sandwich**<br>Fresh Apple Slices<br>BBQ Baked Beans | **16**<br>BREAKFAST<br>**Egg & Cheese Croissant**<br>Pineapple<br>LUNCH<br>**Beef Taco**<br>Fresh Orange Wedges<br>Fresh Baby Carrots | **17**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Peaches<br>LUNCH<br>**Spaghetti w/Meatballs**<br>Mixed Fruit<br>Fresh Broccoli | **18**<br>BREAKFAST<br>**Pizza Stick**<br>Fresh Apple Slices<br>LUNCH<br>**Chicken Sandwich**<br>Frozen Strawberry Cup<br>Corn w/Tajin | **19**<br>BREAKFAST<br>**Chicken Biscuit Sandwich**<br>Variety Fruit<br>LUNCH<br>**Cheese Pizza**<br>*Farm to School Watermelon*<br>Fresh Baby Carrots |
| **22**<br>BREAKFAST<br>**Blueberry Waffle**<br>Mixed Fruit<br>LUNCH<br>**Bean & Cheese Pupusa**<br>Fresh Apple Slices<br>Potato Rounds | **23**<br>BREAKFAST<br>**Egg & Cheese Croissant**<br>Pineapple<br>LUNCH<br>**Hamburger**<br>Fresh Orange Wedges<br>Fresh Baby Carrots | **24**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Peaches<br>LUNCH<br>**Cheese Quesadilla**<br>*Farm to School Watermelon*<br>Sweet Potato Fries | **25**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Strawberry Applesauce Cup<br>LUNCH<br>**Grilled Cheese Sandwich**<br>Fresh Banana<br>Fresh Broccoli | **26**<br>BREAKFAST<br>**Reduced Sugar Cereal**<br>Variety Fruit<br>LUNCH<br>**Chicken Ranch Wrap** NEW<br>Frozen Peach Cup<br>Southwest Beans w/Cheese |
| **29**<br>BREAKFAST<br>**Cinnamon Waffle**<br>Mixed Fruit<br>LUNCH<br>**Orange Chicken w/Rice**<br>Fresh Apple Slices<br>Mixed Salad Greens | **30**<br>BREAKFAST<br>**Egg, Cheese & Turkey Sausage Breakfast Burrito**<br>Pineapple<br>LUNCH<br>**Boneless Chicken Wings**<br>Fresh Orange Wedges<br>Southwest Beans w/Cheese | | | |

### OFFERED DAILY

BREAKFAST & LUNCH:

Low-Fat White Milk

Children under three years of age will receive tortillas instead of nacho chips, cooked vegetables instead of raw vegetables and soft or canned fruits instead of fresh whole fruits, as appropriate.

# Preschool Menu

## septiembre 2025

Farm to School

ARTICULOS DEL MES:

**NECTARINAS, DURANZOS, Y SANDÍA**

### Clave

- **Hecho en casa**
- **Hecho localmenta/de origen**
- **Vegetarian Entrees**
- **Entradas Vegano** — Todas las frutas, verduras y cereales son vegano
- **Contiene carne de cerdo**
- **Todos los granos son ricos en granos integrales**
- **Artículo de nuevo**

LOS MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS SIN AVISO

**Escanea el código QR para obtener más información del menú.**

CALIFORNIA FARM TO SCHOOL NETWORK

Nutrition Services Long Beach USD

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|---|---|---|
| **1**<br> <br>**Día del Trabajo - No escuela** | DESAYUNO **2**<br>**Burrito de desayuno con huevo, queso y salchicha de pavo**<br>Piña<br>ALMUERZO<br>**Taquitos de pollo y queso**<br>Gajos de naranja fresca<br>Zanahorias frescas | DESAYUNO **3**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Duraznos<br>ALMUERZO<br>**Panqueques y salchicha**<br>Rodajas de manzana fresca<br>Rodajas de papa | DESAYUNO **4**<br>**Waffle de canela**<br>Rodajas de manzana fresca<br>ALMUERZO<br>**Tiras de pollo**<br>*Nectarinas frescas de la granja a la escuela*<br>Brócoli fresco | DESAYUNO **5**<br>**Bagel con queso crema**<br>Varidad de frutas<br>ALMUERZO<br>**Nachos de queso y chile**<br>Taza de fresas congeladas<br>Ensalada mixta |
| DESAYUNO **8**<br>**Bagel de pizza**<br>Fruta mezclada<br>ALMUERZO<br>**Pollo a la naranja con arroz integral**<br>Rodajas de manzana fresca<br>Verduras mixtas de calif. | DESAYUNO **9**<br>**Sándwich de biscuit con huevo y queso**<br>Piña<br>ALMUERZO<br>**Palitos de pan con queson y marinara**<br>Gajos de naranja fresca<br>Zanahorias frescas | DESAYUNO **10**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Duraznos<br>ALMUERZO<br>**Macarrones con queso**<br>Taza de puré de manzana<br>Pepino fresco | DESAYUNO **11**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Rodajas de manzana fresca<br>ALMUERZO<br>**Alitas de pollo deshuesadas**<br>*Duraznos frescos de la granja a la esucela*<br>Brócoli fresco | DESAYUNO **12**<br>**Mini panqueques de arce**<br>Varidad de frutas<br>ALMUERZO<br>**Pizza de pepperoni**<br>Taza de durazno congelado<br>Maíz con Tajín |
| DESAYUNO **15**<br>**Palitos de pan francés**<br>Fruta mezclada<br>ALMUERZO<br>**Sándwich de pavo barbecue**<br>Rodajas de manzana fresca<br>Frijoles al horno a la barbacoa | DESAYUNO **16**<br>**Cruasán con huevo y queso**<br>Piña<br>ALMUERZO<br>**Taco de res**<br>Gajos de naranja fresca<br>Zanahorias frescas | DESAYUNO **17**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Duraznos<br>ALMUERZO<br>**Espagueti con albóndigas**<br>Fruta mezclada<br>Brócoli fresco | DESAYUNO **18**<br>**Palito de pizza**<br>Rodajas de manzana fresca<br>ALMUERZO<br>**Sándwich de pollo**<br>Taza de fresas congeladas<br>Maíz con Tajín | DESAYUNO **19**<br>**Sandwich de biscuit con pollo**<br>Variedad de frutas<br>ALMUERZO<br>**Pizza de queso**<br>*Sandía fresca de la granja a la escuela*<br>*Zanahorias frescas* |
| DESAYUNO **22**<br>**Waffle de arándanos azules**<br>Fruta mezclada<br>ALMUERZO<br>**Pupusa de frijoles y queso**<br>Rodajas de manzana fresca<br>Rodajas de papa | DESAYUNO **23**<br>**Cruasán con huevo y queso**<br>Piña<br>ALMUERZO<br>**Hamburguesa**<br>Gajos de naranja fresca<br>Zanahorias frescas | DESAYUNO **24**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Duraznos<br>ALMUERZO<br>**Quesadilla de queso**<br>*Sandía fresca de la granja a la escuela*<br>Patatas fritas de camote | DESAYUNO **25**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Taza de puré de manzana y fresa<br>ALMUERZO<br>**Sándwich de queso a la plancha**<br>Plátano fresco<br>Brócoli fresco | DESAYUNO **26**<br>**Cereal reducido en azúcar**<br>Varidad de frutas<br>ALMUERZO<br>**Wrap de pollo con aderezo ranch**<br>Taza de durazno congelado<br>Frijoles negros con queso |
| DESAYUNO **29**<br>**Waffle de canela**<br>Fruta mezclada<br>ALMUERZO<br>**Pollo a la naranja con arroz integral**<br>Rodajas de manzana fresca<br>Ensalada mixta | DESAYUNO **30**<br>**Burrito de desayuno con huevo, queso y salchicha de pavo**<br>Piña<br>ALMUERZO<br>***Alitas de pollo deshuesadas***<br>Gajos de naranja fresca<br>Frijoles negros con queso | **ofrecido cada dia**<br>DESAYUNO & ALMUERZO<br>leche blanca baja en grasa | | |

Los niños en las aulas de Early Head Start recibirán tortillas en lugar de totopos de maíz con salsa de queso, vegetales cocidos en lugar de vegetales crudos y frutas blandas o enlatadas en lugar de frutas enteras frescas, según corresponda.