साइट किचन ब्रेकफास्ट

डिसेम्बर '25

सोमबार	मङ्गलबार	बुधबार	बिहीबार	शुक्रबार
1	2 **मुख्य प्रवेशद्वार** ताजा पकाएको WG स्कोनहरू	3 **मुख्य प्रवेशद्वार** बीफ सॉसेज र पनीर ब्यागेल	4 **मुख्य प्रवेशद्वार** जेनी ली ब्रेडमा ब्रेकफास्ट स्यान्डविच	5 **मुख्य प्रवेशद्वार** Aक्रमबद्ध दही र अनाज
8 **मुख्य प्रवेशद्वार** डच डच वाफल	9 **मुख्य प्रवेशद्वार** ताजा पकाएको WG डोनट्स[सम्पादन गर्नें]	10 **मुख्य प्रवेशद्वार** स्याउ घुमाउरो पेस्ट्री	11 **मुख्य प्रवेशद्वार** चिकन, पनीर, र आलु टाको	12 **मुख्य प्रवेशद्वार** स्क्र्याम्बल्ड अण्डा र ससेज
15 **मुख्य प्रवेशद्वार** WG ब्रेकफास्ट रत्नहरू	16 **मुख्य प्रवेशद्वार** बीफ सॉसेज पैनकेक स्टिक	17 **मुख्य प्रवेशद्वार** बीफ सॉसेज ब्रेकफास्ट पिज्जा	18 **मुख्य प्रवेशद्वार** ताजा पकाएको सुन्तला क्रानबेरी स्कायरहरू	19 **मुख्य प्रवेशद्वार** चिकन क्रोइसान्ट स्लाइडर
22 **मुख्य प्रवेशद्वार** प्रबन्धकको छनौट	23 **मुख्य प्रवेशद्वार** प्रबन्धकको छनौट	24	25	26
29	30	31		

दैनिक फलफूल

बिहानको नास्ता र दिउँसोको खानारुइट विकल्पहरू मौसमी छन् र यसमा निम्न समावेश हुन सक्छन्:

ताजा सम्पूर्ण फल: स्याउ, सुन्तला, नास्पाती, मन्दारिन, केरा, फलफूलको सलाद, पत्थर फलहरू

डाइस्ड फ्रूट कपहरू: नाशपाती, आडू, आँप, मन्डारिन सुन्तला, अनानास टिडबिट, दालचिनी आडू, दालचिनी स्याउ, मिश्रित उष्णकटिबंधीय फल, उष्णकटिबंधीय नाशपाती

सुकेको फलफूल : किसमिस, क्रिसिन, मिश्रित फल

स्याउको सस: सादा र फलफूल स्वादहरू

ब्रेकफास्ट

- चिरियोस
- ट्रिक्स
- दालचिनी ग्रानोला
- दहीको कप
- मिनी मफिन लोफ
- चेक्स अनाज
- डब्ल्युजी ब्यागेल्स
- कोको पफ्स
- दालचिनी टोस्ट क्रन्च फ्रूट लूप वाफल्स
- साल्सा कप
- ब्रेकफास्ट बार

शाकाहारी विकल्पहरू दैनिक रूपमा उपलब्ध छन्

माछा समावेश गर्दछ

स्थानीय स्किम र १% दूध

सुँगुरको मासु समावेश गर्दछ

ताजा फलफूल र सागसब्जी दैनिक

ग्लुटेन फ्रि

कक्षा प्रवेशहरू "कक्षाकोठामा बिहानको खाजा" मा भाग लिने स्कूलहरूमा उपलब्ध छन् र पौष्टिक बिहानको खाजाको लागि यूएसडीए आवश्यकताहरू पूरा गर्छन्!

हाम्रो मेनूले यूएसडीए आवश्यकताहरू पूरा गर्दछ

साइट भान्साको खाजा

डिसेम्बर '25

सोमबार	मङ्गलबार	बुधबार	बिहीबार	शुक्रबार
1	2 **मुख्य प्रवेशद्वार** चिपोटल चिकेन बाउल **छेउ छनौटहरू** भुटेको मकै	3 **मुख्य प्रवेशद्वार** म्याकरोनी र चिज **छेउ छनौटहरू** ब्रोकोली ताजा बेक्ड डिनर रोल	राष्ट्रिय कुकी दिवस 4 **मुख्य प्रवेशद्वार** कुखुरा र वाफल **छेउ छनौटहरू** मेपल भुटेको मीठो आलु कुकी!	5 **मुख्य प्रवेशद्वार** चिकन ड्रमस्टिक **छेउ छनौटहरू** काउबॉय क्याभियार लसुनको गाँठो
8 **मुख्य प्रवेशद्वार** सादा वा मसालेदार कुनै क्लक स्यान्डविच **छेउ छनौटहरू** ब्रोकाउली र पनीर	9 **मुख्य प्रवेशद्वार** बिफ ह्यामबर्गर **छेउ छनौटहरू** कोल स्लाव WG वा GF होगी बन	10 **मुख्य प्रवेशद्वार** बीफ पेपरोनी क्याल्जोन **छेउ छनौटहरू** गुलियो आलु वेजहरू	11 **मुख्य प्रवेशद्वार** हड्डी बिनाको पखेटा **छेउ छनौटहरू** म्यास गरिएको आलु	**आधा दिन १२** **मुख्य प्रवेशद्वार** प्रबन्धकको छनौट **छेउ छनौटहरू** तातो तरकारी
15 **मुख्य प्रवेशद्वार** फ्रेन्च ब्रेड पिज्जा **छेउ छनौटहरू** गुलियो आलु वेजहरू	16 **मुख्य प्रवेशद्वार** नाचो ग्रान्डे **छेउ छनौटहरू** चिज ब्ल्याक सिमी	17 **मुख्य प्रवेशद्वार** मिटबल उप **छेउ छनौटहरू** ब्रोकाउली सलाद WG वा GF होगी बन	18 **मुख्य प्रवेशद्वार** टर्की र ग्रेभी **छेउ छनौटहरू** म्यास गरिएको आलु ताजा बेक्ड डिनर रोल	19 **मुख्य प्रवेशद्वार** क्रिस्पी चिकन स्यान्डविच **छेउ छनौटहरू** हरियो सिमीको
22 **मुख्य प्रवेशद्वार** प्रबन्धकको छनौट **छेउ छनौटहरू** तातो तरकारी	23 **मुख्य प्रवेशद्वार** प्रबन्धकको छनौट **छेउ छनौटहरू** तातो तरकारी	24	25	26
29	30	31		
वैकल्पिक प्रविष्टिहरू चिज क्वेसाडिल्ला	**वैकल्पिक प्रविष्टिहरू** PB&J वा CB&J	**वैकल्पिक प्रविष्टिहरू** टोस्टेड चिज ताजा डेली स्यान्डविच	**वैकल्पिक प्रविष्टिहरू** भेजी नगेटहरू बफेलो भेजी नगेट्स बगैचा वा चिकन सलाद	**वैकल्पिक प्रविष्टिहरू** PB&J वा CB&J

के तपाईंलाई थाहा

हामी फ्याट क्याट बेकरीबाट कुकीको साथ राष्ट्रिय कुकी दिवस मनाइरहेका छौं—शुद्ध, सबै प्राकृतिक अवयवहरू र कुनै जीएमओ वा संरक्षकहरूको साथ बनाइयो। बिहानको खाजाको लागि ताजा बेक्ड सुन्तला क्रेनबेरी स्कायरहरू पनि प्रयास गर्नुहोस्!

महिनाको बाली

बन्दागोभी

धेरै तरकारीहरू मूल जंगली बन्दागोभीबाट विकसित भए जसमा ब्रोकोली, ब्रसेल्स स्प्राउट्स, फूलगोभी, कोलार्ड, केल र कोहलबी समावेश छन्। बन्दागोभी भिटामिन सी र के को एक महान स्रोत हो!

- शाकाहारी विकल्पहरू दैनिक रूपमा उपलब्ध छन्
- माछा समावेश गर्दछ
- स्थानीय स्किम र १% दूध
- सुँगुरको मासु समावेश गर्दछ
- ताजा फलफूल र सागसब्जी दैनिक
- ग्लुटेन फ्रि

हाम्रो मेनूले यूएसडीए आवश्यकताहरू पूरा गर्दछ