

Preschool Menu

Aug. - Sept. 2026

Farm to School



ITEMS OF THE MONTH:
NECTARINES, PLUMS,
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 Item

MENUS ARE SUBJECT TO
CHANGE WITHOUT NOTICE.



Scan QR code
for more
information
menu



MON OFFERED DAILY

BREAKFAST & LUNCH:

Low-Fat White Milk

BREAKFAST 31
Egg & Cheese Waffle
Sandwich
Mixed Fruit

LUNCH

Teriyaki Chicken w/Rice
Fresh Apple Slices
Fresh Baby Carrots



Labor Day - No School

BREAKFAST 14
French Toast Sticks
w/Fruit Dip
Mixed Fruit
LUNCH
BBQ Turkey Sandwich
Fresh Apple Slices
BBQ Baked Beans

BREAKFAST 21
Cinnamon Waffle
Mixed Fruit
LUNCH

Birria & Cheese Pupusa
Fresh Apple Slices
Potato Rounds

BREAKFAST 28
Egg & Cheese Waffle
Sandwich
Mixed Fruit
LUNCH

Teriyaki Meatballs w/Rice
Fresh Apple Slices
Fresh Baby Carrots

TUE AUG. 25

BREAKFAST
Blueberry Waffle
Pineapple

LUNCH

Chicken Nuggets
Fresh Apple Slices
Fresh Baby Carrots

BREAKFAST SEP. 1
Egg, Cheese & Turkey
Sausage Breakfast Burrito
Pineapple

LUNCH

Cheesy Breadsticks
w/Marinara
Fresh Orange Wedges
Mixed Salad Greens

BREAKFAST 8
Egg & Cheese Biscuit
Pineapple

LUNCH

Chicken Ranch Wrap
Fresh Orange Wedges
Fresh Baby Carrots

BREAKFAST 15
Pizza Stick
Pineapple

LUNCH

Beef Taco
Fresh Orange Wedges
Fresh Baby Carrots

BREAKFAST 22
Egg & Cheese Croissant
Pineapple

LUNCH

Hamburger
Frozen Strawberry Cup
Fresh Baby Carrots

BREAKFAST 29
Egg, Cheese & Turkey
Sausage Breakfast Burrito
Pineapple

LUNCH

Chicken & Cheese Taquitos
Fresh Orange Wedges
Mixed Salad Greens

WED 26

BREAKFAST
Reduced Sugar Cereal
Mixed Fruit

LUNCH

Hamburger
Farm to School Peaches
Sweet Potato Fries

BREAKFAST 2
Reduced Sugar Cereal
Peaches

LUNCH

Pancakes & Sausage
Farm to School Plums
Hash Brown Patty

BREAKFAST 9
Reduced Sugar Cereal
Peaches

LUNCH

Macaroni & Cheese
Fresh Apple Slices
Fresh Cucumber Spears

BREAKFAST 16
Reduced Sugar Cereal
Peaches

LUNCH

Chicken Sandwich
Farm to School Watermelon
Fresh Broccoli

BREAKFAST 23
Reduced Sugar Cereal
Peaches

LUNCH

Cheese Quesadilla
Strawberry Applesauce
Corn w/Tajin

BREAKFAST 30
Reduced Sugar Cereal
Peaches

LUNCH

Pancakes & Sausage
Strawberry Applesauce
Hash Brown Patty

THU 27

BREAKFAST
Reduced Sugar Cereal
Strawberry Applesauce

LUNCH

Cheese Quesadilla
Fresh Orange Wedges
Fresh Broccoli

BREAKFAST 3
Reduced Sugar Cereal
Fresh Apple Slices

LUNCH

Chicken Tenders
Farm to School Nectarines
Mashed Potatoes w/Gravy

BREAKFAST 10
Reduced Sugar Cereal
Fresh Apple Slices

LUNCH

Rib-B-Que Sandwich
Farm to School Watermelon
Fresh Broccoli

BREAKFAST 17
Cinnamon Muffin
Fresh Apple Slices

LUNCH

Spaghetti w/Meatballs
Farm to School Plums
Fresh Baby Carrots

BREAKFAST 24
Reduced Sugar Cereal
Fresh Apple Slices

LUNCH

Grilled Cheese Sandwich
Farm to School Peaches
Fresh Broccoli

FRI 28

BREAKFAST
Reduced Sugar Cereal
Frozen Strawberry Cup

LUNCH

Pepperoni Pizza
Frozen Peach Cup
Mixed Salad Greens

BREAKFAST 4
Bagel w/Cream Cheese
Variety Fruit

LUNCH

Chili Cheese Nachos
Frozen Strawberry Cup
Fresh Broccoli

BREAKFAST 11
Mini Maple Pancakes
Variety Fruit

LUNCH

Pepperoni Pizza
Frozen Peach Cup
Corn w/Tajin

BREAKFAST 18
Egg & Cheese Tamale
Variety Fruit

LUNCH

Chili Cheese Nachos
Frozen Strawberry Cup
Corn w/Tajin

BREAKFAST 25
Reduced Sugar Cereal
Variety Fruit

LUNCH

Pepperoni Pizza
Frozen Peach Cup
Southwest Black Beans
w/Cheese

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

ago.- set. 2026

Farm to School



ARTICULOS DEL MES:
NECTARINAS, DURAZNOS
CIRUELAS Y SANDÍA

Clave



Hecho en casa



Hecho localmenta/de
origen



Entrada Vegetariana



Entradas Veganas
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

ofrecido cada día

DESAYUNO & ALMUERZO

leche blanca baja en grasa

DESAYUNO 31

Sándwich de waffle con
huevo y queso
Fruta mezclada

ALMUERZO

Pollo teriyaki
con arroz integral
Rodajas de manzana fresca
Zanahorias frescas



Día del Trabajo - No escuela

DESAYUNO 14

Palitos de pan francés
con salsa de frutas
Fruta mezclada

ALMUERZO

Sándwich de pavo
barbacoa
Rodajas de manzana fresca
Frijoles al horno a la barbacoa

DESAYUNO 21

Waffle de canela
Fruta mezclada

ALMUERZO

Birria y queso pupusa
Rodajas de manzana fresca
Rodajas de papa

DESAYUNO 28

Sándwich de waffle con
huevo y queso
Fruta mezclada

ALMUERZO

Albóndigas teriyaki
con arroz integral
Rodajas de manzana fresca
Zanahorias frescas

MARTES

DESAYUNO AGO. 25

Waffle de arándanos
azules
Piña

ALMUERZO

Nuggets de pollo
Rodajas de manzana fresca
Zanahorias frescas

DESAYUNO SET. 1

Burrito de desayuno con
huevo, queso y salchicha de
pavo
Piña

ALMUERZO

Palitos de pan con queso
y marinara
Gajos de naranja fresca
Ensalada mixta

DESAYUNO 8

Sándwich de galleta con
huevo y queso
Piña

ALMUERZO

Wrap de pollo con
aderezo ranch
Gajos de naranja fresca
Zanahorias frescas

DESAYUNO 15

Palito de pizza
Piña

ALMUERZO

Taco de res
Gajos de naranja fresca
Zanahorias frescas

DESAYUNO 22

Cruasán con huevo y
queso
Piña

ALMUERZO

Hamburguesa
Taza de fresas congeladas
Zanahorias frescas

DESAYUNO 29

Burrito de desayuno con
huevo, queso y salchicha de
pavo
Piña

ALMUERZO

Taquitos de pollo y queso
Gajos de naranja fresca
Ensalada mixta

MIÉRCOLES

DESAYUNO 26

Cereal reducido en azúcar
Fruta mezclada

ALMUERZO

Hamburguesa
Duraznos frescos de la
granja a la escuela
Patatas fritas de camote

DESAYUNO 2

Cereal reducido en azúcar
Duraznos

ALMUERZO

Panqueques y salchicha
Ciruelas de la granja a la
escuela
Hash brown de papa

DESAYUNO 9

Cereal reducido en azúcar
Duraznos

ALMUERZO

Macarrones con queso
Rodajas de manzana fresca
Pepino fresco

DESAYUNO 16

Cereal reducido en azúcar
Duraznos

ALMUERZO

Sándwich de pollo
Sandía fresca de la
granja a la escuela
Brócoli fresco

DESAYUNO 23

Cereal reducido en azúcar
Duraznos

ALMUERZO

Quesadilla de queso
Puré de manzana y fresa
Maíz con Tajín

DESAYUNO 30

Cereal reducido en azúcar
Duraznos

ALMUERZO

Panqueques y salchicha
Puré de manzana y fresa
Hash brown de papa

JUEVES

DESAYUNO 27

Cereal reducido en azúcar
Puré de manzana y fresa

ALMUERZO

Quesadilla de queso
Gajos de naranja fresca
Brócoli fresco

DESAYUNO 3

Cereal reducido en azúcar
Rodajas de manzana fresca

ALMUERZO

Tiras de pollo
Nectarinas frescas de la
granja a la escuela
Puré de papas con salsa
espesa

DESAYUNO 10

Cereal reducido en azúcar
Rodajas de manzana fresca

ALMUERZO

Sándwich de costilla a la
barbacoa
Sandía fresca de la granja a la
escuela
Brócoli fresco

DESAYUNO 17

Muffin de canela
Rodajas de manzana fresca

ALMUERZO

Espagueti con albóndigas
Ciruelas de la granja a la
escuela
Zanahorias frescas

DESAYUNO 24

Cereal reducido en azúcar
Rodajas de manzana fresca

ALMUERZO

Sándwich de queso a la
plancha
Duraznos frescos de la
granja a la escuela
Brócoli fresco

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.

VIERNES

DESAYUNO 28

Cereal reducido en azúcar
Taza de fresas congeladas

ALMUERZO

Pizza de pepperoni
Taza de durazno congelado
Ensalada mixta

DESAYUNO 4

Bagel con queso crema
Variedad de frutas

ALMUERZO

Nachos de queso y chile
Taza de fresas congeladas
Brócoli fresco

DESAYUNO 11

Mini panqueques de arce
Variedad de frutas

ALMUERZO

Pizza de pepperoni
Taza de durazno congelado
Maíz con Tajín

DESAYUNO 18

Tamal de huevo y queso
Variedad de frutas

ALMUERZO

Nachos de queso y chile
Taza de fresas congeladas
Maíz con Tajín

DESAYUNO 25

Cereal reducido en azúcar
Variedad de frutas

ALMUERZO

Pizza de pepperoni
Taza de durazno congelado
Frijoles negros con queso