

Menú de la Escuela Primaria octubre de 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Menú de Desayuno				
Tostadas francesas al horno WG	Huevos revueltos y tostadas WG	Bocaditos de panqueque WG con almibar	Pizza para el desayuno con salchicha (pavo) WG	Bizcocho de plátano WG
El desayuno incluye elección de fruta/jugo 100 % de fruta y leche. Cereales variados y yogur o barras de queso disponibles a diario.				

ALMUERZO PRINCIPAL OPCIÓN UNO

Todos los almuerzos incluyen la opción de frutas, vegetales y leche. Ensalada verde especial con dinner roll (pan para la cena) (WG) O hummus dipper "para untar los vegetales" (hummus, pan plano y verduras) Servido diariamente

Trocitos de pollo empanizado y crujientes WG	Pizza WG de queso o pepperoni (ternera/cerdo)	Queso Mozzarella en barra (vegetariano) WG	Sándwich de queso a la plancha (vegetariano) WG	Sándwich de pollo empanizado WG
--	---	--	---	---------------------------------

ALMUERZO PRINCIPAL OPCIÓN DOS

¿Tiene preguntas o comentarios? Llame a los Servicios de Nutrición de NCSD al (503) 353-6068. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. WG = Grano integral. Todos los elementos del menú están sujetos a cambios según la disponibilidad de los productos.

5	6	7	1	2
Pollo a la naranja con arroz WG	Macarrones con salsa de queso (vegetariano) WG	Hotdog (de pollo) empanizado con maíz WG	Panqueque y salchicha (cerdo)	Pizza de queso en pan francés (vegetariana) WG
12	13	14	8	9
Fideos Pancit (pollo) WG	Pasta Mostaccioli (cerdo) WG	Pastel de tortillas con carne de res estilo fiesta WG	Tostadas francesas y salchicha (de cerdo) WG	No hay clases
19	20	21	22	23
Pollo Teriyaki con arroz WG	Pasta al horno con carne de res WG	Nachos (carne de res) WG	Panqueque y salchicha (de pavo) en un palito	Pizza de queso en pan bagel (vegetariano) WG
26	27	28	29	30
Pollo Asiático (agridulce) con arroz WG	Espaguetis WG con salsa de carne	No hay clase	Pollo WG y gofres	Pizza de pollo a la barbacoa en Flatbread WG

Precios de las comidas para 2026-2027: Estudiantes (desde kinder hasta el 12.º grado): Desayuno \$0.00, Almuerzo \$0.00, Solo leche 75¢. Adultos/Personal: Desayuno \$3.40, Almuerzo \$5.35, Solo leche 75¢.

Меню для начальной школы на октябрь 2026 г.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Меню на завтрак				
Запеченный тост (ЦЗ) по-французски	Яичница-болтунья и тост (ЦЗ)	Блинчики (ЦЗ) с сиропом	Пицца (ЦЗ) с колбасой (индейка)	Банановый кекс (ЦЗ)

В течение дня доступны сухие хлопья ассорти с йогуртом, или сырная палочка. Завтрак включает на выбор Фрукт/100% фруктовый сок и молоко

ПЕРВЫЙ ВАРИАНТ ЛАНЧА

Фирменный зеленый салат с булочкой (ЦЗ) или сэндвич с ветчиной из индейки и с сыром подается в течение дня
Все варианты ланчей включают на выбор фрукт, овощ и молоко

Хрустящие куриные наггетсы, обжаренные в кляре (ЦЗ)	Пицца (ЦЗ) с сыром или пепперони (говядина/свинина)	Хлебные палочки (ЦЗ) с моцареллой (вегетарианское блюдо)	Сэндвич (ЦЗ) с поджаренным сыром (вегетарианское блюдо)	Сэндвич (ЦЗ) с хрустящим куриным филе
---	---	--	---	---------------------------------------

ВТОРОЙ ВАРИАНТ ЛАНЧА

Это учреждение предоставляет равные возможности для всех. WG = Цельнозерновые продукты. Возникли вопросы или пожелания? Звоните в отдел организации питания NCSD по телефону (503) 353-6068. Состав меню может меняться в зависимости от наличия продуктов.

5	6	7	1	2
Курица с рисом (ЦЗ) в апельсиновом соусе	Макароны (ЦЗ) с сыром (вегетарианское блюдо)	Корн-дог (ЦЗ) с мясом курицы	Блинчики с сосиской (свинина)	Пицца из французского хлеба (ЦЗ) с сыром (вегетарианское блюдо)
12	13	14	8	9
Лапша (ЦЗ) по-филиппински с курицей	Запеченные макароны (ЦЗ) со свиной	Запеченная тортилья (ЦЗ) с говядиной	Французский тост (ЦЗ) с сосиской (свинина)	Школа не работает
19	20	21	22	23
Курица с рисом (ЦЗ) в соусе терияки	Запеченные макароны (ЦЗ) с говядиной	Начосы (ЦЗ) с говядиной	Блинчики с сосиской (индейка) на палочке	Бейгл (ЦЗ) запеченный с сыром (вегетарианское блюдо)
26	27	28	29	30
Курица в кисло-сладком соусе с рисом (ЦЗ)	Спагетти (ЦЗ) с мясным соусом	в школе нет занятий	Курица с вафлями (ЦЗ)	Пицца (ЦЗ) с курицей в соусе барбекю

Стоимость питания на 2026–2027 учебный год: для учащихся классов K–12 завтрак стоит \$0,00, обед — \$0,00; стоимость только молока — 75 центов. Для взрослых и сотрудников: завтрак — \$3,40, обед — \$5,35, молоко — 75 центов.

Thực đơn trường tiểu học tháng 10 năm 2026				
THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU
THỰC ĐƠN BỮA SÁNG				
Món bánh mì nướng kiểu Pháp WG	Trứng bác & bánh mì nướng WG	Nhóm làm bánh pancake nhỏ với siro	Xúc xích (gà tây) Pizza ăn sáng WG	Bánh Muffin Chuối WG
Các loại ngũ cốc và sữa chua hoặc thanh phô mai có sẵn hàng ngày. Bữa sáng bao gồm lựa chọn trái cây/nước ép trái cây 100% và sữa				

BỮA TRƯA ENTREE - LỰA CHỌN MỘT				
Salad xanh đặc sản với bánh mì kiểu ăn tối (WG) HOẶC bánh mì kẹp phô mai & giảm bông gà tây được phục vụ hàng ngày Tất cả các bữa trưa bao gồm lựa chọn trái cây, rau và sữa				
Gà chiên giòn WG	Pizza phô mai hoặc pepperoni (thịt bò/thịt lợn) WG	Que phô mai Mozzarella (chay) WG	Bánh mì kẹp phô mai nướng (chay) WG	Bánh mì kẹp gà giòn WG
BỮA TRƯA ENTREE - LỰA CHỌN HAI				
Quý vị có thắc mắc hoặc ý kiến đóng góp? Vui lòng gọi cho Bộ phận Dịch vụ Dinh dưỡng NCSD theo số (503) 353-6068. WG = Ngũ cốc nguyên hạt. Tất cả các món trong thực đơn có thể thay đổi tùy theo tình trạng sẵn có của sản phẩm.			1 Bánh kẹp & xúc xích (thịt lợn)	2 Bánh pizza phô mai trên bánh mì Pháp (chay) WG
5 Gà sốt cam & cơm WG	6 Mì ống phô mai (chay) WG	7 Corn Dog (thịt gà) WG	8 Bánh mì nướng kiểu Pháp & xúc xích (thịt lợn) WG	9 Trường học không mở cửa
12 Mì Pancit (gà) WG	13 Mì Mostaccioli (thịt lợn) WG	14 Món bánh tortilla nướng Fiesta (thịt bò) WG	15 Gà WG và bánh quế	16 Bánh mì dẹt pepperoni (thịt bò/thịt lợn) WG
19 Gà sốt teriyaki & cơm WG	20 Món mì nướng (thịt bò) WG	21 Nachos (thịt bò) WG	22 Bánh pancake và xúc xích (thịt gà tây) xiên que	23 Bánh bagel pizza phô mai (chay) WG
26 Gà chua ngọt với cơm WG	27 Mì spaghetti WG & sốt thịt	28 Trường nghỉ học	29 Gà WG và bánh quế	30 Bánh pizza phẳng gà nướng BBQ WG

Tổ chức này hoạt động trên nguyên tắc bình đẳng về cơ hội. Giá suất ăn cho năm học 2026-2027 (Các lớp K-12): Bữa sáng \$0,00, Bữa trưa \$0,00, Chỉ mua sữa 75¢. Người lớn/Nhân viên: Bữa sáng \$3,40, Bữa trưa \$5,35, Chỉ mua sữa 75¢.

2026年10月小学餐单				
周一	周二	周三	周四	周五
早餐菜单				
法式烤吐司 WG	炒鸡蛋和吐司 WG	淋上糖浆的小松饼 (WG)	香肠 (火鸡肉) 早餐比萨 WG	香蕉松饼 WG
每天供应什锦谷物和酸奶或奶酪棒。早餐包括自选水果/100% 果汁和牛奶。				

午餐主菜选择一				
特色蔬菜沙拉配晚餐卷 (WG) 或每日供应火鸡火腿奶酪三明治。所有午餐均包括自选水果、蔬菜和牛奶				
香脆鸡块 (低脂版)	芝士或意大利辣香肠 (牛肉/猪肉) 披萨 (WG)	马苏里拉奶酪条 (素食) WG	烤奶酪三明治 (素食) WG	香脆鸡肉三明治 (WG)
午餐主菜二选一				
问题或意见? 请致电 NCSD 营养服务部 (503) 353-6068。WG = 全谷物。本机构是一个平等机会的提供者。 所有菜单项目可能会根据产品供应情况进行调整。			1 煎饼配香肠 (猪肉)	2 芝士法式面包披萨 (素食) (WG)
5 潘西特意面 (鸡肉味) (WG)	6 芝士通心粉 (素食) (WG)	7 玉米热狗 (鸡肉) WG	8 法式吐司配香肠 (猪肉) WG	9 学校停课
12 潘西特意面 (鸡肉味) (WG)	13 莫斯塔乔利意面 (猪肉) (WG)	14 墨西哥风味玉米饼烤菜 (牛肉) WG	15 鸡肉 WG 和华夫饼	16 意大利辣香肠扁面包 (牛肉/猪肉) (无麸质)
19 照烧鸡肉配米饭 (低脂版)	20 焗意面 (牛肉) (WG)	21 纳乔 (牛肉) WG	22 串烤煎饼配香肠 (火鸡肉)	23 芝士披萨贝果 (素食) (WG)
26 糖醋鸡肉配米饭 (无麸质)	27 意大利面 (低卡版) 配肉酱	28 学校放假	29 鸡肉 WG 和华夫饼	30 烧烤鸡肉扁面包披萨 (全麦)

2026-2027 年膳食价格 K 至 12 年级学生的早餐餐费为 0.00 美元，午餐餐费为 0.00 美元，仅牛奶一项为 75 美分
成人/工作人员早餐 3.40 美元，午餐 5.35 美元，牛奶 75 美分。

➡ ➡ ➡