

Director of Food & Nutrition

Maura Holliday | Phone: 412.871.2195 | Email: wilkinsburg@thenutritiongroup.biz

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
			1 Iced Donut Cereal & Crackers Asst. Yogurt Cups & Crackers Applesauce Grape Juice	2 Mini French Toast Cereal & Crackers Banana Muffin Craisins Fruit Punch
5 Pancakes & Sausage Cereal & Crackers Grape Smoothie Fresh Orange Apple Juice	6 Hot Honey Chicken Biscuit Cereal & Crackers Cinnamon Roll Apple Slices Orange Juice	7 Pizza Bagel Cereal & Crackers Chocolate Muffin Top Banana Grape Juice	8 Scrambled Eggs & Toast Cereal & Crackers Asst. Filled Bagels Fruit Punch	9 Chocolate Crescent Cereal & Crackers Yogurt Parfait Craisins Berry Blend Juice
12 Waffle w/ Fruit Topping Cereal & Crackers Asst. Benefit Bars Fresh Orange	13 Bacon, Egg, & Cheese Muffin Cereal & Crackers Berry Smoothie Banana Orange Juice	14 Breakfast Pizza Cereal & Crackers Cinnamon Roll Fresh Orange Apple Juice	15 Funnel Cake Cereal & Crackers Yogurt Cup & Crackers Cinnamon Applesauce Grape Juice	16 Omelet w/ Toast Cereal & Crackers Pull-a-part Donut Apple Slices Fruit Punch
Daily Milk Options:				

Director of Food & Nutrition

Maura Holliday | Phone: 412.871.2195 | Email: wilkinsburg@thenutritiongroup.biz

Monday 	Tuesday 	Wednesday 	Thursday 	Friday 
19 French Toast Sticks & Sausage Patty Cereal & Crackers Berry Patch Smoothie Fresh Apple Fruit Punch	20 Open Face Egg & Cheese Bagel Cereal & Crackers Pop-Tarts & Crackers Apple Slices Berry Blend Juice	21 Breakfast Egg & Cheese Taco Cereal & Crackers Goody Ring Banana Apple Juice	22 Iced Donut Cereal & Crackers Asst. Yogurt Cups & Crackers Applesauce Grape Juice	23 Mini French Toast Cereal & Crackers Banana Muffin Craisins Orange Juice
26 Pancakes & Sausage Cereal & Crackers Grape Smoothie Fresh Orange Apple Juice	27 Chicken Biscuit Cereal & Crackers Cinnamon Roll Apple Slices Orange Juice	28 No School	29 Scrambled Eggs & Toast Cereal & Crackers Asst. Filled Bagels Fruit Punch	30 Mini Waffles Cereal & Crackers Yogurt Parfait Craisins Berry Blend Juice



**Eat well, feel
great, be
amazing.**

Daily Milk Options:

Directrice de l'alimentation et de la nutrition : Maura Holliday | Tél. : 412 871-2195 |

Courriel : wilkinsburg@thenutritiongroup.biz

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Beignet glacé Assortiment de céréales et de biscuits apéritifs, yaourts et biscuits apéritifs, compote de pommes, jus de raisin	2 Mini pain perdu Céréales et craquelins, muffin à la banane, canneberges séchées, punch aux fruits
5 Crêpes et saucisses Céréales et biscuits apéritifs, smoothie au raisin, jus d'orange et de pomme frais	6 Biscuit au poulet au miel épicé Céréales et biscuits apéritifs, brioche à la cannelle, tranches de pommes, jus d'orange	7 Pizza Bagel Céréales et biscuits apéritifs, muffin au chocolat, banane, jus de raisin	8 Œufs brouillés et toasts Assortiment de céréales et de biscuits apéritifs, bagels garnis, punch aux fruits	9 Croissant au chocolat Parfait au yaourt, céréales et crackers, canneberges séchées, jus de fruits rouges
12 Gaufre avec garniture aux fruits Assortiment de céréales et de biscuits apéritifs, barres énergétiques saveur orange fraîche	13 Muffin au bacon, œuf et fromage Céréales et crackers Smoothie aux baies Jus de banane et d'orange	14 Pizza du petit-déjeuner Céréales et biscuits apéritifs, brioche à la cannelle, jus d'orange et de pomme frais	15 Gâteau en entonnoir Céréales et biscuits apéritifs, yaourt en pot et biscuits apéritifs, compote de pommes à la cannelle, jus de raisin	16 Omelette avec toast Céréales et biscuits apéritifs, beignet à partager, tranches de pommes, punch aux fruits
Options de lait quotidiennes :				

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
19 Bâtonnets de pain perdu et galette de saucisse Céréales et craquelins Smoothie aux baies Punch aux fruits frais aux pommes	20 Bagel ouvert aux œufs et au fromage Céréales et biscuits apéritifs, Pop-Tarts et biscuits apéritifs, tranches de pommes, jus de fruits rouges	21 Taco aux œufs et au fromage pour le petit-déjeuner Céréales et biscuits apéritifs, anneau gourmand, jus de banane et de pomme	22 Beignet glacé Assortiment de céréales et de biscuits apéritifs, yaourts et biscuits apéritifs, compote de pommes, jus de raisin	23 Mini pain perdu Céréales et biscuits apéritifs, muffin à la banane, canneberges séchées, jus d'orange
26 Crêpes et saucisses Céréales et biscuits apéritifs, smoothie au raisin, jus d'orange et de pomme frais	27 Biscuit au poulet Céréales et biscuits apéritifs, brioche à la cannelle, tranches de pommes, jus d'orange	28 Pas d'école	29 Œufs brouillés et toasts Assortiment de céréales et de biscuits apéritifs, bagels garnis, punch aux fruits	30 Mini gaufres Parfait au yaourt, céréales et crackers, canneberges séchées, jus de fruits rouges



Mangez bien,
sentez-vous bien,
soyez exceptionnel.

Options de lait quotidiennes :

Directora de Alimentación y Nutrición, Maura Holliday | Teléfono: 412.871.2195 | CAFETERIA
Correo electrónico: wilkinsburg@thenutritiongroup.biz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Donut glaseado Cereales y galletas surtidas. Vasitos de yogur y galletas. Puré de manzana. Jugo de uva.	2 Mini tostadas francesas Cereales y galletas, magdalena de plátano, arándanos secos, ponche de frutas
5 Tortitas y salchichas Cereales y galletas Batido de uva Zumo de naranja y manzana fresco	6 Galleta de pollo con miel picante Cereales y galletas, rollo de canela, rodajas de manzana, jugo de naranja	7 Bagel de pizza Cereales y galletas, pastelito de chocolate, plátano, zumo de uva	8 Huevos revueltos y tostadas Cereales y galletas surtidas. Bagels rellenos. Ponche de frutas.	9 Media luna de chocolate Cereales y galletas, parfait de yogur, arándanos secos, zumo de frutos rojos
12 Gofre con cobertura de frutas Surtido de cereales y galletas Benefit Bars sabor naranja fresca	13 Muffin de tocino, huevo y queso Cereales y galletas Batido de frutos rojos Plátano Zumo de naranja	14 Pizza de desayuno Cereales y galletas, rollo de canela, jugo de naranja y manzana fresco	15 Pastel de embudo Cereales y galletas Yogur con galletas Puré de manzana con canela Jugo de uva	16 Tortilla con tostadas Cereales y galletas, Donut para compartir, Rodajas de manzana, Ponche de frutas
Opciones de leche diarias:				

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
19 Palitos de tostada francesa y hamburguesa de salchicha Cereales y galletas Batido de frutos rojos Ponche de manzana fresca	20 Bagel abierto con huevo y queso Cereales y galletas, Pop-Tarts y galletas, rodajas de manzana, jugo de frutos rojos.	21 Taco de desayuno con huevo y queso Cereal y galletas Goody Ring Plátano Zumo de manzana	22 Donut glaseado Cereales y galletas surtidas. Vasitos de yogur y galletas. Puré de manzana. Jugo de uva.	23 Mini tostadas francesas Cereales y galletas, magdalena de plátano, arándanos secos, zumo de naranja
26 Tortitas y salchichas Cereales y galletas Batido de uva Zumo de naranja y manzana fresco	27 Galleta de pollo Cereales y galletas, rollo de canela, rodajas de manzana, jugo de naranja	28 No hay escuela	29 Huevos revueltos y tostadas Cereales y galletas surtidas. Bagels rellenos. Ponche de frutas.	30 Mini gofres Cereales y galletas, parfait de yogur, arándanos secos, zumo de frutos rojos



**Come bien,
siéntete genial,
sé increíble.**

Opciones de leche diarias:

Mkurugenzi wa Chakula na Lishe Maura Holliday | Simu: 412.871.2195 | Barua pepe: wilkinsburg@thenutritiongroup.biz CAFETERIA

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
			1 Donati ya barafu Nafaka na Vibiskuti Mtindi Vikombe na Vibiskuti Mchuzi wa Tufaha Juisi ya Zabibu	2 Toast Ndogo ya Kifaransa Nafaka na Vibiskuti vya Ndizi Muffin Craisins Fruit Punch
5 Panikiki na Soseji Nafaka na Vibichi Smoothie ya Zabibu Juisi ya Tufaha Mbichi ya Chungwa	6 Biskuti ya Kuku ya Asali Moto Nafaka na Vibiskuti Vipande vya Tufaha Roli ya Mdalasini Juisi ya Chungwa	7 Bagel ya Pizza Nafaka na Vibichi vya Chokoleti Muffin Juisi ya Zabibu ya Ndizi	8 Mayai na Toast Zilisosokotwa Nafaka na Vibiskuti Vilivyojazwa Matunda vya Bagels	9 Hilali ya Chokoleti Nafaka na Vibiskuti Mtindi Parfait Craisins Berry Mchanganyiko Juisi
12 Waffle yenye Vitoweo vya Matunda Nafaka na Mikate ya Kukausha Viungo vya Faida Mbichi vya Chungwa	13 Bakoni, Yai, na Muffin ya Jibini Nafaka na Vibiskuti vya Beri Smoothie Juisi ya Machungwa ya Ndizi	14 Pitsa ya Kiamsha kinywa Nafaka na Vibichi vya Mdalasini Roli Juisi ya Tufaha Mbichi ya Chungwa	15 Keki ya Funeli Nafaka na Vibiskuti Kikombe cha Mtindi na Vibiskuti Mchuzi wa Tufa Mdalasini Juisi ya Zabibu	16 Omeleti na Toast Nafaka na Vibiskuti Vipande vya Tufaha vya Donati Vilivyokatwakatwa
Chaguzi za Maziwa ya Kila Siku:				

USDA ni mtoa huduma wa fursa sawa, mwajiri, na mkopeshaji.
Menyu inaweza kubadilika.

Mkurugenzi wa Chakula na Lishe Maura Holliday | Simu: 412.871.2195 | Barua pepe: wilkinsburg@thenutritiongroup.biz

Jumatatu	Jumanne	Jumatano	Alhamisi	Ijumaa
19 Vijiti vya Mkate wa Kifaransa na Patty ya Soseji Nafaka na Vibichi vya Berry Patch Smoothie Kijiti cha Matunda Mapya ya Tufaha	20 Bagel ya Yai na Jibini Uso Wazi Nafaka na Vibiskuti Pop- Tarts na Vibiskuti Vipande vya Tufaa Juisi ya Mchanganyiko wa Beri	21 Kiamsha kinywa Taco ya Mayai na Jibini Nafaka na Vibiskuti Pete ya Mlo wa Ndizi Juisi ya Tufaha	22 Donati ya barafu Nafaka na Vibiskuti Mtindi Vikombe na Vibiskuti Mchuzi wa Tufaha Juisi ya Zabibu	23 Toast Ndogo ya Kifaransa Nafaka na Vibiskuti vya Ndizi Muffin Craisins Juisi ya Chungwa
26 Panikiki na Soseji Nafaka na Vibichi Smoothie ya Zabibu Juisi ya Tufaha Mbichi ya Chungwa	27 Biskuti ya Kuku Nafaka na Vibiskuti Vipande vya Tufaha Roli ya Mdalasini Juisi ya Chungwa	28 Hakuna Shule	29 Mayai na Toast Zilizosokotwa Nafaka na Vibiskuti Vilivyojazwa Matunda vya Bagels	30 Waffle Ndogo Nafaka na Vibiskuti Mtindi Parfait Craisins Berry Mchanganyiko Juisi



**Kula vizuri, jisikie
vizuri, kuwa wa
ajabu.**

Chaguzi za Maziwa ya Kila Siku:

USDA ni mtoa huduma wa fursa sawa, mwajiri, na mkopeshaji.
Menyu inaweza kubadilika.