



PVC Middle School Lunch Menu October 2026

			1	2
			Brunch for Lunch WG French Toast Sticks Scrambled Eggs & Hash Brown Pancake Syrup	Cheesy Baked Penne Green Salad Mixed Fruit Cup
5	6	7	8	9
Cheesy Breadsticks with Marinara Sauce Green Beans Fresh Mandarin	Half Day	Philly Cheese Steaks French Fries Pineapple Wedges	WG Popcorn Chicken Mashed Potatoes Celery Sticks Fresh Cantaloupe	General Tso's Chicken Veggie Fried Rice Egg Roll Fresh Fruit Salad
12	13	14	15	16
School Closed	Spaghetti and Meatballs Dinner Roll Broccoli Strawberry Cups	Pizza Crunchers Green Salad Steamed Broccoli Fresh Orange	BBQ Pull Pork Sliders Baked French Fries Fresh Pears	Chicken Parm w/ Rotini Steamed Carrots Fresh Cantaloupe
19	20	21	22	23
Sausage Peppers & Onion Hero Roasted Cauliflower	Brunch for Lunch WG French Toast Sticks Scrambled Eggs & Hash Brown Pancake Syrup	BBQ Oven Roasted Chicken Cornbread Beans Fresh Apple	Chicken or Cheese Quesadilla, Black Bean Salad Celery Sticks Fresh Strawberry	WG Popcorn Chicken Mashed Potatoes Celery Sticks Fresh Cantaloupe
26	27	28	29	30
Macaroni & Cheese Green Beans WG Breadstick Apple Slices	Alfredo Pasta w/ chicken Garlic Bread Chicken Steamed Green Beans	Beef Nachos Tomato Wedges Corn Fresh Grapes	Soft Baked Pretzel Lunch w/ Cheese Sauce Steamed Broccoli Fresh Pears	Chicken Fajitas w/ Red & Green Pepper Strips Mexicali Corn Fresh Cantaloupe

More info...

Milk Offering (all 1 c serving): 1% White, Fat Free White, or Fat Free Chocolate (all antibiotic & hormone free).

Fruit Offering (all ½c serving): Apple, orange, seasonal fresh fruit, or 100% Fruit Juice (apple, orange, grape, or fruit punch).

Two fruit choices will be available daily.

Lunch Alternatives Available Daily Made to Order Sandwich Lunch (Sliced Deli Meats & Cheese, Tuna & Chicken Salad with Veggie & Fruit)

Salad Lunch (Salad, Protein, & Fruit)

Please Note: (WG) denotes whole grain; (P) denotes item may contain pork.





Escuela intermedia PVC

Menú de almuerzo - octubre de 2026

	Lunes	Martes	Miércoles	1 Jueves	2 Viernes
				Desayuno para el almuerzo Bastones integrales de tostada francesa Huevos revueltos y papa rallada dorada Sirope para panqueques	Penne al horno con queso Ensalada verde Vasito de frutas mixtas
5	Palitos de pan con queso y salsa marinara Judías verdes Mandarina fresca	6 Medio día	7 Sándwich de carne y queso estilo Filadelfia Papas fritas Gajos de piña	8 Bocaditos de pollo empanizados con cereal integral Puré de papas Bastones de apio Melón cantalupo fresco	9 Pollo General Tso Arroz frito con verduras Rollito de primavera Ensalada de frutas frescas
12	Escuela cerrada	13 Espaguetis con albóndigas Panecillo Brócoli Vasitos de fresas	14 Bocaditos crujientes de pizza Ensalada verde Brócoli al vapor Naranja fresca	15 Mini sándwiches de cerdo desmenuzado BBQ Papas fritas al horno Peras frescas	16 Pollo a la pamesana con rotini Zanahorias al vapor Melón cantalupo fresco
19	Sándwich de salchicha, pimientos y cebolla Coliflor asada Melón verde fresco	20 Desayuno para el almuerzo Bastones integrales de tostada francesa Huevos revueltos y papa rallada dorada Sirope para panqueques	21 Pollo asado al horno con salsa BBQ Pan de maíz Frijoles Manzana fresca	22 Quesadilla de pollo o queso Ensalada de frijoles negros Bastones de apio Fresas frescas	23 Bocaditos de pollo empanizados con cereal integral Puré de papas Bastones de apio Melón cantalupo fresco
26	Macarrones con queso Judías verdes Palito de pan integral Rodajas de manzana	27 Pasta Alfredo con pollo Pan de ajo Judías verdes al vapor	28 Nachos con carne de res Gajos de tomate Maíz Uvas frescas	29 Pretzel suave al horno con salsa de queso Brócoli al vapor Peras frescas	30 Fajitas de pollo con tiras de pimiento rojo y verde Maíz estilo Mexicali Melón cantalupo fresco

Más información:

Leche (porciones de 1 taza): blanca al 1%, blanca sin grasa o con chocolate sin grasa (todas sin antibióticos ni hormonas).

Fruta (porciones de ½ taza): manzana, naranja, fruta fresca de temporada o jugo 100% de fruta (manzana, naranja, uva o ponche de frutas).

Cada día habrá dos opciones de fruta.

Alternativas de almuerzo disponibles todos los días: sándwich preparado a pedido (fiambres y queso, ensalada de atún o de pollo, con verdura y fruta).

Almuerzo de ensalada (ensalada, proteína y fruta).

Nota: (WG) indica cereal integral; (P) indica que el producto puede contener cerdo.

