

第15区小学午餐菜单

2026年10月

每日提供多种午餐选择：

鹰嘴豆泥盒配全麦薄饼和什锦蔬菜

百吉饼盒配奶酪棒和/或酸奶

熟食拼盘

酸奶芭菲配自制格兰诺拉麦片

全麦火鸡奶酪面包

午餐价格：

免费学生：免费；减免学生：免费；付费学生：3.85 美元；仅牛奶：0.75 美元

所有餐点均配有水果、两种蔬菜和牛奶。

可选1%低脂牛奶、脱脂巧克力牛奶和脱脂草莓牛奶

周一

周二

周三

周四

星期五

所有沙拉均采用吉尔福德 H20 农场的水培生菜制作。

LOCALLY
GROWN

本月供应的苹果均来自南伯里的隐秘宝石果园。

Reminder

所有学生均可免费享用早餐。

1
鸡块、烤薯条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

2
什锦披萨混合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

5

6

7

8

9

请查看“康涅狄格州种植，服务康涅狄格州儿童周”的特别菜单

12

无学校
哥伦布日/
原住民日

13

迷你华夫饼配
火鸡香肠

彩虹水果蔬菜拼盘

14

鸡柳、烤薯条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

15

什锦披萨

彩虹水果蔬菜拼盘

16

无学校专业发展日

19

马苏里拉奶酪条配
马里纳拉酱

彩虹水果蔬菜拼盘

20

橙香鸡肉配糙米饭

彩虹水果蔬菜拼盘

21

迷你芝士馄饨 芝士
蒜蓉面包棒

彩虹水果蔬菜拼盘

22

全麦面包鸡肉
饼配烤薯条

彩虹水果蔬菜拼盘

23

什锦披萨混合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

26

奶酪墨西哥薄饼配
莎莎酱和酸奶油

彩虹水果蔬菜拼盘

27

全麦面包热狗
配烤豆

彩虹水果蔬菜拼盘

28

烤奶酪配番茄汤

彩虹水果蔬菜拼盘

29

爆米花鸡块配
餐包和烤薯条

彩虹水果蔬菜拼盘

30

什锦披萨、混合蔬菜沙拉、南瓜面包

彩虹水果蔬菜拼盘

每日提供多种午餐选择:

鹰嘴豆泥盒配全麦薄饼和什锦蔬菜

酸奶芭菲配自制格兰诺拉麦片

鸡肉凯撒沙拉

或者

熟食店

可选博尔斯海德火鸡、火腿或水牛城鸡肉

奶酪: 美式奶酪、波萝伏洛干酪

配料: 生菜、番茄、酸黄瓜、香蕉辣椒、墨西哥辣椒、橄榄、蛋黄酱、芥末酱、辣酱

午餐价格:

免费: 免费; 减价: 免费; 付费学生: 热午餐 4.05 美元; 付费学生: 熟食/其他餐点 4.55 美元; 仅牛奶: 0.75 美元

所有餐点均配有水果、两种蔬菜和牛奶。

可选1%低脂牛奶、脱脂巧克力牛奶和脱脂草莓牛奶

第15区中学午餐菜单 2026年10月

周一

周二

周三

周四

星期五

所有沙拉均采用吉尔福德 H20 农场的水培生菜制作。

LOCALLY
GROWN

本月供应的苹果均来自南伯里的隐秘宝石果园。

Reminder

所有学生均可
免费享用早餐。

1
鸡块、烤薯条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

2
什锦披萨混合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

5

6

7

8

9

请查看“康涅狄格州种植，服务康涅狄格州儿童周”的特别菜单

12

无学校
哥伦布日/
原住民日

13

迷你华夫饼配
火鸡香肠

彩虹水果蔬菜拼盘

14

鸡柳、烤薯条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

15

什锦披萨混合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

16

无学校专业发展日

19

马苏里拉奶酪条配
马里纳拉酱

彩虹水果蔬菜拼盘

20

橙香鸡肉配糙米饭
彩虹水果蔬菜拼盘

21

迷你芝士馄饨 芝士
蒜蓉面包棒

彩虹水果蔬菜拼盘

22

全麦面包鸡肉
饼配烤薯条

彩虹水果蔬菜拼盘

23

什锦披萨混合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

26

奶酪墨西哥薄饼配
莎莎酱和酸奶油

彩虹水果蔬菜拼盘

27

全麦面包热狗、烤薯条、烤豆

彩虹水果蔬菜拼盘

28

烤奶酪配番茄汤
彩虹水果蔬菜拼盘

29

爆米花鸡块配餐包和烤薯条

彩虹水果蔬菜拼盘

30

什锦披萨、混合蔬菜沙拉、南瓜面包

彩虹水果蔬菜拼盘

每日提供多种午餐选择:

鹰嘴豆泥盒配全麦薄饼和什锦蔬菜

酸奶芭菲配自制格兰诺拉麦片

鸡肉凯撒沙拉

招牌卷饼: 劲爆鸡肉

或者

熟食店

可选博尔斯海德火鸡、火腿、布法罗鸡肉、什锦、金枪鱼

奶酪: 美式奶酪、波萝伏洛干酪、胡椒杰克奶酪

配料: 生菜、番茄、酸黄瓜、香蕉辣椒、墨西哥辣椒、橄榄、蛋黄酱、芥末酱、辣酱

午餐价格:

免费: 免费; 减价: 免费; 付费学生: 热午餐 4.05 美元; 付费学生: 熟食/其他餐点 4.55 美元; 仅牛奶: 0.75 美元

所有餐点均配有两份水果、两份蔬菜和一杯牛奶。

可选1%低脂牛奶或脱脂巧克力牛奶

庞佩罗格高中午餐菜单

2026年10月

周一

周二

周三

周四

星期五

所有沙拉均采用吉尔福德 H20 农场的水培生菜制作。

LOCALLY
GROWN

本月供应的苹果均来自南伯里的隐秘宝石果园。

Reminder

所有学生均可
免费享用早餐。

全麦面包鸡肉
饼配烤薯条

彩虹水果蔬菜
拼盘

什锦披萨混合
蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜
拼盘

5

6

7

8

9

请查看“康涅狄格州种植，服务康涅狄格州儿童周”的特别菜单

12

无学校
哥伦布日/
原住民日

13

橙香鸡肉配糙米饭
彩虹水果蔬菜拼盘

14

鸡柳、烤薯
条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

15

什锦披萨混
合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

16

无学校专业发展日

19

马苏里拉奶酪条配马
里纳拉酱

彩虹水果蔬菜拼盘

20

法式吐司条配
火鸡香肠

彩虹水果蔬菜
拼盘

21

鸡肉饭配什锦配料

彩虹水果蔬菜拼盘

22

全麦面包鸡
肉蘸酱三明
治配烤薯条

彩虹水果蔬
菜拼盘

23

什锦披萨混
合蔬菜沙拉

彩虹水果蔬菜拼盘

26

烤奶酪三明治配烤薯
条和番茄汤

彩虹水果蔬菜拼盘

27

左宗鸡配糙米饭

彩虹水果蔬菜拼盘

28

奶酪墨西哥薄饼配
莎莎酱和酸奶油

彩虹水果蔬菜拼盘

29

爆米花鸡
块、烤薯
条、餐包

彩虹水果蔬菜拼盘

30

什锦披萨、混
合蔬菜沙拉、
南瓜面包

彩虹水果蔬菜拼盘