School Nutrition Services

Supper Carbohydrates and Allergens
2026-2027

ALLERGEN LEGEND	
D - DAIRY	E - EGG
S - SOY	F - FISH
W - WHEAT	T - TREE NUTS*
SE - SESAME	

ENTREE

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Brunch 4 Supper- Waffle Sandwich	330	24g	D	S	W	E	--	--	--	Spaghetti Bowl	333	25g	--	--	W	E	--	--	--
Cheese Pocket	290	30g	D	S	W	--	--	--	--	Veggie Pinwheel	300	34 g	D	S	W	--	--	--	--
Cheeseburger Sliders	272	30g	D	S	W	--	--	--	--	Wowbutter & Grape Jelly Sandwich	540	53 g	D	S	W	--	--	--	--
Ciabatta Grilled Cheese, IW	260	28g	D	S	W	--	--	--	--	Yogurt Bag (may include the followin	360	55g	D	S	W	--	--	--	--
Empanada	300	32g	D	S	W	--	--	--	--	*4oz Cherry Vanilla Yogurt*	80	15g	D	--	--	--	--	--	--
Grilled Cheese Sandwich	280	31g	D	S	W	--	--	--	--	*4oz Strawberry Yogurt*	80	15g	D	--	--	--	--	--	--
Nacho Pretzel Pocket	360	38g	D	S	W	--	--	--	--	*Cheez Its*	200	30g	D	S	W	--	--	--	--
Pizza Munchable	370	35g	D	S	W	E	--	--	--	*Crunch & Crave Churro*	110	21g	--	--	W	--	--	--	--
Pretzel Bites w/ Jalapeno Queso	510	51g	D	S	W	--	--	--	--	*Mozzarella String Cheese*	60	1g	D	--	--	--	--	--	--

VEGETABLES

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Carrot Snack Pack	20	5g	--	--	--	--	--	--	--	Salsa Cup	25	5g	--	--	--	--	--	--	--
Carrots w/Ranch Dip	97	11g	D	S	--	E	--	--	--	Vegetable Juice, Mango 4.23	60	14g	--	--	--	--	--	--	--
Cucumbers w/Ranch Dip	153	5g	D	S	--	E	--	--	--	Vegetable Juice, Punch 4.23	60	14g	--	--	--	--	--	--	--

FRUITS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Apple Slices	30	8g	--	--	--	--	--	--	--	Orange Wedges	83	20 g	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce	56	14g	--	--	--	--	--	--	--	Pineapple, Dried	140	35g	--	--	--	--	--	--	--
Banana	110	30g	--	--	--	--	--	--	--	Raisels, Tropical Flavor	130	29 g	--	--	--	--	--	--	--
Craisin, Original	110	28g	--	--	--	--	--	--	--	Raisins	120	29 g	--	--	--	--	--	--	--
Craisins, Raspberry Lemonade	110	27g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberries, Indv. Cup	90	22 g	--	--	--	--	--	--	--
Craisins, Strawberry	110	28g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry Applesauce Cup	90	23 g	--	--	--	--	--	--	--
Diced Peaches	75	19g	--	--	--	--	--	--	--	Trail Mix- Honey Cranberry	270	36 g	--	--	--	--	--	--	--
Mandarin Cup	56	15g	--	--	--	--	--	--	--	Whole Apple	78	20 g	--	--	--	--	--	--	--

This institution is an equal opportunity provider, employer, and lender. Menu is subject to change without prior notice. *Tree Nuts identifier is cautionary

School Nutrition Services

Supper Carbohydrates and Allergens
2026-2027

ALLERGEN LEGEND	
D - DAIRY	E - EGG
S - SOY	F - FISH
W - WHEAT	T - TREE NUTS*
SE - SESAME	

MILK

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Chocolate Skim Milk	110	19g	D	--	--	--	--	--	--	Plain Skim Milk	80	12g	D	--	--	--	--	--	--
Lactose-Free Plain Skim Milk	100	13g	D	--	--	--	--	--	--	Strawberry Skim Milk	110	19g	D	--	--	--	--	--	--
Plain 1% Milk	100	12g	D	--	--	--	--	--	--	Soy Milk, Plain	130	11g	--	S	--	--	--	--	--

JUICE

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Apple Juice Cup 4.23 oz	60	14g	--	--	--	--	--	--	--	Orange Tangerine Juice Cup 4.23oz	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Berry Juice Cup 4.23oz	60	17g	--	--	--	--	--	--	--	Paradise Punch (6 oz)	80	21g	--	--	--	--	--	--	--
Mango Splash (6 oz)	85	20g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry Kiwi Juice Cup 4.23oz	60	14g	--	--	--	--	--	--	--
Mango Splash (6.75 oz)	80	21g	--	--	--	--	--	--	--										