School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate 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
Alfredo Sauce w/ Penne	312	32g	D	--	W	E	--	--	--
All American Bowl	504	54g	D	S	W	E	--	--	--
Aloha Bowl	361	31 g	D	S	W	--	--	--	--
Burrito Bowl, Beef	257	22g	--	--	--	--	--	--	--
Burrito Bowl, Beef and Cheese	371	27g	D	--	--	--	--	--	--
Burrito Bowl, Black Bean	295	53g	--	--	--	--	--	--	--
Cheeseburger	361	31g	D	S	W	--	--	--	SE
Cheese Dippers	290	28g	D	S	W	E	--	--	--
Cheese Pizza	310	30 g	D	S	W	--	--	--	--
Cherry Blossom Chicken	206	27 g	--	--	W	E	--	--	--
Chicken Chunks	190	13g	D	--	W	--	--	--	--
Chicken Filet Sandwich	340	41g	D	S	W	--	--	--	SE
Chicken Tenders	270	24 g	--	S	W	--	--	--	--
Chicken Wings (High School)	520	2 g	--	--	--	--	--	--	--
Buffalo	528	3g	--	--	--	--	--	--	--
Mambo	577	16g	--	--	--	--	--	--	--
Teriyaki	559	5g	--	S	--	--	--	--	--
Korean	526	4g	--	S	--	--	--	--	--
Sweet and Sour	557	5g	--	S	--	--	--	--	--
General Tso Chicken	210	25g	D	S	W	E	--	--	SE
Fuel Up! Gourmet Sandwich Box	377	56g	D	S	W	--	--	--	--
Turkey and Cheese Hoagie	363	39g	D	S	W	--	--	--	SE
Fresh Apple	78	20g	--	--	--	--	--	--	--
Carrot Sticks (Fosters) IW	20	5g	--	--	--	--	--	--	--
Giving Thanks Bowl	478	62g	D	S	W	E	--	--	--
Grilled Cheese, Spicy IW	345	31g	D	S	W	--	--	--	--
Grilled Cheese, Emergency IW	280	30g	D	S	W	--	--	--	--
Hamburger	315	29g	--	S	W	--	--	--	SE
Hot Cheezy Chicken Chunks	240	23g	D	S	W	E	--	--	--
Hot Chicken Bowl	501	54g	D	S	W	E	--	--	--
Hot Dog	245	23g	--	S	W	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
New Orleans Chicken	381	37g	--	--	--	--	--	--	--
Pepperoni Pizza	522	42g	D	--	--	--	--	--	--
Philly Cheesesteak	450	33g	D	--	--	--	--	--	--
Pizza, Cheese (IW)- Transpot	160	14g	--	S	W	--	--	--	SE
Pizza, Pepperoni (IW)- Transpot	350	30g	D	S	W	--	--	--	--
Popcorn Chicken	494	42g	D	S	W	--	--	--	SE
Pulled Pork Sliders	400	36g	D	--	W	--	--	--	--
Rotini w/ Meat Sauce	410	36g	D	--	W	--	--	--	--
Spicy Chicken Filet (MS/HS)	250	16g	--	S	W	--	--	--	--
Sweet & Sour Popcorn chicken	350	36g	--	S	W	--	--	--	--
Taco, Beef	381	29g	D	S	W	E	--	--	--
Taco, Chicken	389	49g	D	S	W	E	--	--	SE
Taco, Veggie	266	24g	D	S	W	--	--	--	--
Three Bean Chili, IW	361	24g	D	S	--	--	--	--	--
Turkey, Ham, & Cheese Croissant	341	24g	D	S	--	--	--	--	--
Tomato Soup	160	34g	--	--	--	--	--	--	--
Walking Taco (Beef and Cheese)-Dorit	185	27g	--	S	--	--	--	--	--
Walking Taco (Beef and Cheese)-Frito	320	31g	D	S	W	E	--	--	--
Woodle Ramen Cup	119	20g	D	--	--	--	--	--	--
Emergency, Spaghetti w/ Meatsauce I'	444	35g	D	--	--	--	--	--	--
Emergency, Rotini IW	494	31g	D	--	--	--	--	--	--
Emergency, Macaroni & Cheese IW	260	32g	--	S	W	--	--	--	--
Salad, Crispy Chicken Caesar	226	25g	--	--	W	E	--	--	--
Salad, Crispy Chicken Garden	339	26g	--	--	W	E	--	--	--
Salad, Grilled Chicken Caesar	288	30g	D	--	W	E	--	--	--
Salad, Grilled Chicken Garden	625	49g	D	S	W	--	F	--	--
Chicken Wings- Lemon Pepper	550	50g	D	S	W	E	--	--	--
BBQ Pulled Chicken	556	39g	D	S	W	--	F	--	--
BBQ Pulled Pork	472	39g	D	S	W	E	--	--	--
Corn Dog	616	2g	--	S	--	--	--	--	--
Sabroso Chicken	208	16g	--	S	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate 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
Hula Burger	398	49g	--	S	W	--	--	--	SE
Lasagna Roll Up	210	29g	D	--	W	--	--	--	--
Meatballs w/Brown Gravy (Beef)	299	33g	D	--	W	E	--	--	--
Meatball w/ BBQ (Beef)	151	2g	--	--	--	--	--	--	--
Meatball Sub	201	14g	--	S	W	--	--	--	--
Mozzarella Sticks	176	7g	D	S	W	E	--	--	--
Nachos, Beef	285	33g	--	--	--	--	--	--	--
Nachos, Beef & Queso	378	35g	D	S	W	--	--	--	SE
Nachos, Queso	415	33g	D	--	W	--	--	--	--
New Orleans Chicken	381	37g	--	--	--	--	--	--	--
Pepperoni Pizza	522	42g	D	--	--	--	--	--	--
Philly Cheesesteak	450	33g	D	--	--	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Parfait, Apple	360	65g	D	--	W	--	--	--	--
Pizza, Supreme	359	31g	D	S	W	--	--	--	--
Smoothie (Pineapple Mango)	630	112g	D	S	W	--	--	--	SE
Chicken Jerky bites	110	18g	D	S	W	--	--	--	--
Sunchips, Honey BBQ	140	33g	D	--	--	--	--	--	--
Carrot Sticks (Fosters) IW	150	30g	D	--	--	--	--	--	--
Herb Roasted Chicken	70	7g	--	--	--	--	--	--	SE

VEG ENTREE

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Plant Based Bolognese	110	13g	--	S	--	--	--	--	--
Plant Based Taco Filling (Pea Protein)	85	4g	--	--	--	--	--	--	--
Hummus Bag	510	54g	--	--	--	--	--	--	--
Hummus Cup (Original or Red Pepper)	110	18g	--	--	--	--	--	--	--
Sunflower Kernels, Honey Rstd 1.2oz	190	11g	--	--	--	--	--	--	--
Tostito Rounds	200	29g	--	--	--	--	--	--	--
Yogurt Bag (1 yogurt, may include)	360	55g	D	S	W	--	--	--	--
4oz Cherry Vanilla Yogurt	80	15g	D	--	--	--	--	--	--
4oz Strawberry Yogurt	80	15g	D	--	--	--	--	--	--
Mozzarella String Cheese	60	1g	D	--	--	--	--	--	--
Cheez Its	100	14g	D	S	W	--	--	--	--
Crunch & Crave Churro	110	21g	--	--	W	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Vegetarian Bag	586	55g	D	--	--	--	--	--	--
Cheese Dip, Mucho Queso	190	15g	D	--	--	--	--	--	--
Tostito Rounds	200	29g	--	--	--	--	--	--	--
Sunflower Kernels, Honey Rstd 1.2oz	190	11g	--	--	--	--	--	--	--
Wowbutter & Strawberry Jam	570	49g	D	S	W	--	--	--	--
Wowbutter & Grape Jelly Sandwich	540	53g	D	S	W	--	--	--	--
Veggie Pinwheel	300	34g	D	S	W	--	--	--	--
Ravioli w/ Veggie Marinara	210	29g	D	S	W	E	--	--	--
Cheese Ravioli	100	16g	D	--	W	E	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

GRAIN

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Artisan Roll	140	28g	--	--	W	--	--	--	--
Brown Rice	85	18g	--	--	--	--	--	--	--
Cilantro Lime Rice	150	28g	--	S	--	--	--	--	--
Cinnamon Roll	270	36g	D	S	W	E	--	--	--
Dutch Waffle	300	43g	D	S	W	E	--	--	--
Fried Rice	110	21g	--	S	--	--	--	--	--
Garlic Breadstick	110	17g	D	--	W	--	--	--	--
Garlic Knot	170	27g	D	S	W	E	--	--	--
Hamburger Bun	150	28g	--	S	W	--	--	--	SE
Hushpuppies	150	21g	D	S	W	E	--	--	--
Lo Mein (1/2 cup)	65	13g	--	S	W	--	--	--	--
Lo Mein (1 Cup)	130	26g	--	S	W	--	--	--	--
Mexican Rice	116	20g	--	--	--	--	--	--	--
Onion Rings	180	28g	D	--	W	--	--	--	--
Pumpkin Bread	260	43g	D	S	W	E	--	--	--
Texas Toast	100	14g	D	S	W	--	--	--	--
Tidewater Carolina Gold Rice	159	36g	--	--	--	--	--	--	--
Gluten Free Dinner Roll	130	17g	--	--	--	E	--	--	--
Sweet Potato Swirl Roll	240	38g	--	S	W	--	--	--	--
Crunch & Crave, Original	111	19g	--	--	W	--	--	--	--
Gluten Free Hamburger Bun	257	47g	--	--	--	--	--	--	--
Soft Pretzel	150	30g	--	S	W	--	--	--	--
Cornbread Stuffing	154	20g	--	S	W	--	--	--	--

VEGETABLES

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Beans, Brown Baked	140	30g	--	--	--	--	--	--	--
Beans, Fiesta Black	101	18g	--	--	--	--	--	--	--
Beans, Seasoned Pinto	101	19g	--	--	--	--	--	--	--
California Blend	25	4g	--	--	--	--	--	--	--
Carrots w/Ranch Dip	97	11g	D	S	--	E	--	--	--
Carrots, Glazed Coin	33	7g	--	S	--	--	--	--	--
Carrot Snack Pack	20	5g	--	--	--	--	--	--	--
Celery Stick, Snack Pack	15	3g	--	--	--	--	--	--	--
Cucumber w/ Ranch Dip	147	3 g	D	--	--	--	--	--	--
Cucumber w/ Tajin	12	3g	--	--	--	--	--	--	--
Green Beans, Seasoned	28	5g	--	--	--	--	--	--	SE
Marinara Dipping Sauce	29	5g	--	--	--	--	--	--	--
Onion Rings, Breaded	180	28 g	D	S	W	--	--	--	--
Potato, Wedges	123	20g	--	--	--	--	--	--	--
Potatoes, Crinkle Cut	116	20g	--	S	--	--	--	--	--
Potatoes, Mashed	85	17g	D	--	--	--	--	--	--
Potato, Stright cut	100	15g	--	S	--	--	--	--	--
Refried Beans	200	24g	--	--	--	--	--	--	--
Salad, Caesar Side	195	6g	D	S	W	--	F	--	--
Seasoned Mixed Vegetables	74	15g	--	--	--	--	--	--	SE
Seasoned Potato Roasters	123	17g	--	S	--	--	--	--	--
Steamed Broccoli, Seasoned	32	4g	--	--	--	--	--	--	SE
Sweet Kernel Corn	72	16g	--	--	--	--	--	--	--
Sweet Plantain (1/2 Cup)	150	29g	--	S	--	--	--	--	--
Sweet Plantain 1 Cup	200	40g	--	S	--	--	--	--	--
Sweet Potato Crinkle Cut	160	24g	--	S	--	--	--	--	--
Vegetable Juice, Punch 4.23	60	14g	--	--	--	--	--	--	--
Vegetable Juice, Mango 4.23	60	14g	--	--	--	--	--	--	--
Stir Fry Vegetables	40	8g	--	--	--	--	--	--	--
Potato, Hashbrown	130	15g	--	S	--	--	--	--	--
Cucumber Tomato Salad	44	9g	--	--	--	--	--	--	--
Corn and Tajin	90	17g	D	--	--	--	--	--	--
Whole Sweet Potato	160	38g	--	--	--	--	--	--	--
Sweet Potato Casserole	342	76g	--	S	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

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 Crisp	183	46g	--	--	--	--	--	--	--	Papaya Mango Cup	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Apple, Slices, Fresh	30	8g	--	--	--	--	--	--	--	Plum, Whole	30	8	--	--	--	--	--	--	--
Apple, Whole, Fresh	78	20g	--	--	--	--	--	--	--	Peaches, Diced	75	19g	--	--	--	--	--	--	--
Apple Crisps, Dried	42	10g	--	--	--	--	--	--	--	Pear, Fresh Whole	101	26	--	--	--	--	--	--	--
Apple Crisp, Oat Topping	132	27g	--	S	W	--	--	--	--	Pears, Diced	76	20g	--	--	--	--	--	--	--
Apple, Hot Spiced	103	21g	--	S	--	--	--	--	--	Pear Crisp, Oat Topping	157	35g	--	S	W	--	--	--	--
Applesauce, Indv. Cup	50	14g	--	--	--	--	--	--	--	Pineapple, Dried	140	35g	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Portion Cup	56	14g	--	--	--	--	--	--	--	Pineapple Tidbits	80	18g	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Blue Raspberry Indv Cup	50	14g	--	--	--	--	--	--	--	Raisins, Indv. Box	120	29g	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Strawberry Indv Cup	90	23g	--	--	--	--	--	--	--	Raisels, Tropical Flavor	130	29	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Watermelon Indv Cup	50	14g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry, Fresh Slices	29	6.3	--	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Peach	60	15g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry, Indv. Cup	90	22	--	--	--	--	--	--	--
Cantaloupe, Fresh Cubed	28	7g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry, Portion Cup	113	29	--	--	--	--	--	--	--
Craisins, Original	110	28g	--	--	--	--	--	--	--	Tropical Fruit Cup	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Craisins, Strawberry	110	28g	--	--	--	--	--	--	--	Watermelon, Fresh Cubed	33	8.5	--	--	--	--	--	--	--
Craisins, Raspberry Lemonade	110	27g	--	--	--	--	--	--	--	Trail Mix- Honey Cranberry	270	36g	--	--	--	--	--	--	--
Fruit Cocktail	73	19g	--	--	--	--	--	--	--	Mixzees, Dried Fruit	120	31	--	--	--	--	--	--	--
Fruited Gelatin	113	29g	--	--	--	--	--	--	--	Watermelon w/ Tajin	33	9	--	--	--	--	--	--	--
Grapes, Fresh	64	16g	--	--	--	--	--	--	--	Pineapple Dole Whip	148	27	--	S	--	--	--	--	--
Mandarin Oranges	76	20g	--	--	--	--	--	--	--	Kiwi Berries	60	15	--	--	--	--	--	--	--
Mango, diced Cup	70	17g	--	--	--	--	--	--	--	Satsuma Orange	83	20	--	--	--	--	--	--	--
Mixed Fruit Cup, Del Monte	50	13g	--	--	--	--	--	--	--	Mini Apple Parfait	106	22	D	--	W	--	--	--	--
Mixed Wild Berry Cup	90	20g	--	--	--	--	--	--	--	Mini Berry Parfait	122	25	D	--	W	--	--	--	--
Orange, Fresh wedge	83	20g	--	--	--	--	--	--	--										

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
Milk, 1% Plain	100	12g	D	--	--	--	--	--	--	Milk, Skim Lactose-Free	100	13g	D	--	--	--	--	--	--
Milk, Skim Plain	80	12g	D	--	--	--	--	--	--	Soy Milk, Plain	130	11g	--	S	--	--	--	--	--
Milk, Skim Chocolate	110	19g	D	--	--	--	--	--	--	Soy Milk, Vanilla	140	17g	--	S	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

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	--	--	--	--	--	--	--	Paradise Punch (6.75 oz)	85	21g	--	--	--	--	--	--	--
Berry Juice Cup 4.23oz	60	17g	--	--	--	--	--	--	--	Mango Splash (4.23 oz)	50	13	--	--	--	--	--	--	--
Orange Tangerine Juice Cup 4.23oz	60	15g	--	--	--	--	--	--	--	Orange Tangerine (6.75 oz)	100	24	--	--	--	--	--	--	--
Strawberry Kiwi Juice Cup 4.23oz	60	14g	--	--	--	--	--	--	--	Paradise Punch (4.23 oz)	50	13	--	--	--	--	--	--	--
Mango Splash (6.75 oz)	85	20g	--	--	--	--	--	--	--										

SLUSHIES

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Raspberry Passion Fruit	60	15g	--	--	--	--	--	--	--	Razz A Dazzle	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Blue Raspberry	60	15g	--	--	--	--	--	--	--	Tropical Trio	80	20g	--	--	--	--	--	--	--
Cherry Limeade	60	15g	--	--	--	--	--	--	--	Strawberry Frost	130	32g	--	--	--	--	--	--	--
Paradise Punch	60	16g	--	--	--	--	--	--	--										
Strawberry Kiwi	60	15g	--	--	--	--	--	--	--										
Berry Berry Blue	80	19g	--	--	--	--	--	--	--										

A LA CARTE DRINKS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
G Zero, Fruit Punch	5	2g	--	--	--	--	--	--	--	Sparkling Ice- Strawberry Watermelo	5	0g	--	--	--	--	--	--	--
G Zero, Glacier Cherry	10	1g	--	--	--	--	--	--	--	Smoothie, Mango Pineapple	130	36g	D	--	--	--	--	--	--
G Zero, Glacier Freeze	5	2g	--	--	--	--	--	--	--	Smoothie, Peach	125	35g	D	--	--	--	--	--	--
G Zero, Orange	5	1g	--	--	--	--	--	--	--	Smoothie, Strawberry Banana	130	36g	D	--	--	--	--	--	--
G Zero, Strawberry Kiwi	5	1g	--	--	--	--	--	--	--	Smoothie, Mixed Berry	140	30g	--	--	--	--	--	--	--
Sparkling Ice- Cherry Limeade	5	0g	--	--	--	--	--	--	--	Smoothie, Tropical	140	28g	--	--	--	--	--	--	--
Sparkling Ice- Kiwi Strawberry	5	0g	--	--	--	--	--	--	--	Sparkling Ice Caffeine- Blue Raspberry	5	0g	--	--	--	--	--	--	--
Sparkling Ice- Orange Mango	5	0g	--	--	--	--	--	--	--	Sparkling Ice Caffeine- Strawberry Citı	5	0g	--	--	--	--	--	--	--
Sparkling Ice- Peach Nectarine	5	0g	--	--	--	--	--	--	--	Sparkling Ice Caffeine- Tropical Punch	5	0g	--	--	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

A LA CARTE ICE CREAM

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Ice Cream, Vanilla Sandwich*	130	26g	D	S	W	--	--	--	--	JonnyPop, Cherry Freezer Pop	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Fudge Bar*	120	23g	D	--	--	--	--	--	--	JonnyPop, Banana & Cream Junior	50	10g	D	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Mayfield Fudge Bar	100	22g	D	--	--	--	--	--	--	JonnyPop, Rainbow Junior Mini	25	3g	--	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Orange Dream Bar*	90	20g	D	--	--	--	--	--	--	JonnyPop, Mixed Berry Freezer Pop	60	15g	--	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Strawberry Fruit Bar	110	29g	--	--	--	--	--	--	--	JonnyPop, Tripple Berry & Cream	50	11g	--	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Orange Cream Bar	80	16g	D	--	--	--	--	--	--	Orange Sherbet Cup	110	34g	D	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Chocolate Éclair*	180	27g	D	S	W	--	--	--	--	Lemon & Lime Sherbet Cup	110	34g	D	--	--	--	--	--	--
Ice Cream, Strawberry Shortcake*	180	27g	D	S	W	--	--	--	--	Ice Cream, Birthday Cake Cone*	150	29g	D	S	W	--	--	--	--
Ice Cream, Cookies and Cream Sandwich	140	29g	D	S	W	--	--	--	--	Ice Cream,Vanilla & Chocolate Cone*	170	31g	D	S	W	--	--	--	--
JonnyPop, Rainbow Junior	40	6g	--	--	--	--	--	--	--	Ice Cream,Cookies 'N Cream Cone*	170	33g	D	S	W	--	--	--	--

A LA CARTE SNACKS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Cheeto, Baked Crunchy	120	16g	D	--	--	--	--	--	--	Cookie, Red Velvet	190	32g	--	S	W	E	--	--	--
Cheeto, Crunchy Hot	90	13g	D	--	--	--	--	--	--	Cookie, Chocolate	100	17g	D	S	W	E	--	--	--
Cheeto, Flamin Hot	130	20g	D	--	--	--	--	--	--	Pudding, Chocolate	80	18g	D	--	--	--	--	--	--
Cracker, Cheez Its	100	14g	D	S	W	--	--	--	--	Pudding, Vanilla	80	18g	D	--	--	--	--	--	--
Cracker, Educational Grahams	120	22g	D	--	W	E	--	--	--	Nutrigrain Bar, Apple	150	30g	D	S	W	--	--	--	--
Cracker, Zoo Animal	120	22g	--	S	W	--	--	--	--	Nutrigrain Bar, Blueberry	150	30g	D	S	W	--	--	--	--
Doritos, Nacho Cheese 1 oz	130	20g	D	--	--	--	--	--	--	Nutrigrain Bar, Strawberry	150	30g	D	S	W	--	--	--	--
Doritos, Spicy Sweet Chili 1 oz	130	20g	--	S	W	--	--	--	--	Rice Krispies Bar	160	30g	D	S	--	--	--	--	--
Doritos, Flamas 1 oz	130	20g	D	--	--	--	--	--	--	Rice Krispies Bar Chocolate Chip	190	34g	D	S	--	--	--	--	--
Funyons, Baked	100	14g	D	--	--	--	--	--	--	Rice Krispies Bar Confetti	170	32g	D	S	--	--	--	--	--
Jack Links- Sweet BBQ Chicken	70	7g	--	--	--	--	--	--	SE	Rice Krspies Bar Mini	50	9g	D	S	--	--	--	--	--
Potato Chip, Kettle Jalapeno Cheddar	180	27g	D	--	--	--	--	--	--	Poptart Chocolate Fudge	170	36g	--	S	W	--	--	--	--
Potato Chip, Kettle Salt & Vinegar	180	28g	--	--	--	--	--	--	--	Poptart Strawberry	170	36g	--	S	W	--	--	--	--
Potato Chip, Baked BBQ .875oz	110	19g	D	S	--	--	--	--	--	Apple Crisp Snacks	125	10g	--	--	--	--	--	--	--
Potato Chip, Baked Sour Cream & Onion	100	17g	D	S	--	--	--	--	--	Fruit Roll Up, Crazy Color	50	11g	--	--	--	--	--	--	--
Potato Chip, Original 1.13 oz	140	24g	--	S	--	--	--	--	--	Fruit Roll Up, Strawberry	50	11g	--	--	--	--	--	--	--
Potato Chip, Original .875 oz	100	19g	--	S	--	--	--	--	--	Craisins, Raspberry Lemon	110	27g	--	--	--	--	--	--	--
Sun Chip, Honey BBQ	140	19g	--	--	W	--	--	--	--	Craisins, Strawberry	110	28g	--	--	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

A LA CARTE SNACKS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Popcorn, White Cheddar	70	9g	D	--	--	--	--	--	--	Welches, Berries & Cherries	130	32g	--	--	--	--	--	--	--
Tostitos Rounds	200	29g	--	--	--	--	--	--	--	Welches, Mixed Fruit	130	32g	--	--	--	--	--	--	--
Simply Chex, Chocolate Carame	130	22g	--	S	W	--	--	--	--	Raisels, Tropical Flavor	130	29g	--	--	--	--	--	--	--
Simply Chex, Strawberry Yogurt	130	23g	D	S	W	--	--	--	--	Mixzees, Dried Fruit	120	31g	--	--	--	--	--	--	--
Brookee	150	23g	D	S	W	E	--	--	--	Smoothie Loops	100	23g	--	--	W	--	--	--	--
Brownie	189	34g	--	S	W	--	--	--	--	Maple Waffle Bites	100	22g	--	--	W	--	--	--	--
Cookie, Chocolate Candy, Small	100	18g	--	S	W	E	--	--	--	Blueberry Lemon Cracker	120	21g	D	S	W	--	--	--	--
Cookie, Chocolate Candy, Large	190	32g	--	S	W	E	--	--	--	Pringles Mingles, Pizza	110	18g	D	--	--	--	--	--	--
Cookie, Chocolate Chip, Small	100	18g	--	S	W	E	--	--	--										
Cookie, Chocolate Chip, Large	200	33g	--	S	W	E	--	--	--										
Cookie, Sugar, Small	110	18g	--	S	W	E	--	--	--										
Cookie, Sugar, Large	200	33g	--	S	W	E	--	--	--										

CONDIMENTS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
BBQ Sauce Cup	35	8g	--	--	--	--	--	T	--	Lettuce w/Diced Tomatoes	17	3g	--	--	--	--	--	--	--
Birria Sauce	64	5g	--	--	--	--	--	--	--	Lettuce, Tomato & Pickle	9	2g	--	--	--	--	--	--	--
Black Pepper Packet	0	0g	--	--	--	--	--	--	--	Mambo Sauce	50	13g	--	--	--	--	--	--	--
Caesar Dressing Cup	210	1g	D	S	--	--	F	--	--	Mango Habanero Suace	35	9g	--	--	--	--	--	--	--
Chicken Dippin' Sauce	130	6g	--	--	--	E	--	--	--	Margarine Cup	25	0g	--	S	--	--	--	--	--
Creamy Coleslaw	85	10g	--	--	--	E	--	--	--	Mayonnaise Packet	40	1g	--	--	--	E	--	--	--
Dynamite Cup	130	3g	--	--	--	E	--	--	--	Mustard Packet	4	0g	--	--	--	--	--	--	--
Sweet Chili Sauce	60	14g	--	--	--	--	--	--	SE	Ranch Dressing, Indv. Cup	70	1g	D	S	--	E	--	--	--
Guacamole	43	2g	--	--	--	--	--	--	--	Pico de Gallo	17	3g	--	--	W	--	--	--	--
Honey Mustard Cup	130	4g	--	S	--	E	--	--	--	Pickle Aioli	120	2g	D	S	--	E	--	--	--
Honey BBQ	45	10g	--	--	--	--	--	--	--	Sabor Mexican Hot Sauce	2	0g	--	S	--	--	--	--	--
Honey Mustard Cup	130	4g	--	S	--	E	--	--	--	Salsa Cup	25	5g	--	--	--	--	--	--	--
Honey Packet	45	12g	--	--	--	--	--	--	--	Sour Cream	60	1g	D	--	--	--	--	--	--
Hot Sauce	0	0g	--	--	--	--	--	--	--	Sriracha Hot Chili Sauce	6	1g	--	--	--	--	--	--	--
Italian Dressing	15	3g	--	--	--	--	--	--	--	Sweet and Sour Sauce	50	13g	--	S	W	--	--	--	--
Jalapeno Peppers	0	1g	--	--	--	--	--	--	--	Syrup	120	32g	--	--	--	--	--	--	--

School Nutrition Services

Traditional Middle School and High School Carbohydrate and Allergens
2026-2027

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

CONDIMENTS

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE	Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T	SE
Jelly, Strawberry	30	8g	--	--	--	--	--	--	--	Taco Sauce	5	1g	--	S	W	--	--	--	--
Jelly, Grape	35	9g	--	--	--	--	--	--	--	Tarter Sauce	40	5g	--	--	--	E	--	--	--
Ketchup Packet	10	3g	--	--	--	--	--	--	--	Vinegar Packet	0	0g	--	--	--	--	--	--	--
Korean BBQ Sauce	35	7.8g	--	S	--	--	--	--	--	Gravy	25	4g	D	S	W	E	--	--	--