

# 2020年10月帶走即食的校車校餐

週一 9/28/20		週二 9/29/20		週三 9/30/20 + 10/1/20 所有校餐點在週四都不開放		週五 10/2/20 週六和週日不發放校餐	
卡路里		卡路里		早餐		卡路里	
不上學	肉桂味谷片 <sup>WG</sup> 230	貝果 <sup>WG</sup> 配奶油乳酪 <sup>^</sup> 130/70	煎餅 <sup>WG</sup> 210-220	肉桂捲 <sup>WG</sup> 232	樹莓棒 <sup>WG</sup> 231	+夏威夷小圓麵包夾火雞火腿和乳酪 <sup>WG</sup> 180	
	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60
	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120
午餐							
不上學	火雞火腿 <sup>+</sup> + 奶酪三 明治 <sup>WGIW</sup> 227-280	麥斯奎特雞肉 <sup>+</sup> 奶酪牛 角麵包 <sup>WG</sup> 322	火雞 <sup>+</sup> + 奶酪三明治 <sup>WGIW</sup> 236-270	披薩 <sup>WG</sup> 310-349	煮雞蛋蛋白質包 <sup>^</sup> 295	酸奶 <sup>^</sup> 配可可櫻桃棒 <sup>WG</sup> 180/120	
	小胡蘿蔔 35	西蘭花配田園沙拉醬 15/55	西芹配花生醬杯 <sup>p</sup> 3/200	烤鷹嘴豆 160	小胡蘿蔔 35	蘋果醬杯 50	蔬菜汁 40
	水果冰沙 77	新鮮水果 30-96	草莓杯 90	新鮮水果 30-96	牛奶 90-120	牛奶 90-120	各式水果 68
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120
10/5/20		10/6/20		10/7/20 + 10/8/20 所有校餐點在週四都不開放		10/9/20 週六和週日不發放校餐	
肉桂捲 <sup>WG</sup> 232	米花糖 <sup>WG</sup> 100	貝果 <sup>WG</sup> 配奶油乳酪 <sup>^</sup> 130/70	煎餅 <sup>WG</sup> 210-220	肉桂味谷片 <sup>WG</sup> 230	樹莓棒 <sup>WG</sup> 231	牛肉腸 <sup>~</sup> + 乳酪貝果 <sup>WG</sup> 235	
橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120
披薩 <sup>WG</sup> 310-349	火雞 <sup>+</sup> + 奶酪三明治 <sup>WGIW</sup> 236-270	雞肉 <sup>WG</sup> 沙拉配田園沙拉 醬 347	花生 + 果醬三明治 <sup>pWG</sup> 550	火雞火腿 <sup>+</sup> + 奶酪三 明治 <sup>WGIW</sup> 227-280	煮雞蛋蛋白質包 <sup>^</sup> 295	烤奶酪三明治 <sup>WGIW</sup> 280	
小胡蘿蔔 35	櫻桃番茄配田園沙拉醬 18/55	混合乾果 120	蔬菜汁 40	小胡蘿蔔 35	小紅莓乾 110	烤鷹嘴豆 160	烤鷹嘴豆 160
蘋果醬杯 50	新鮮水果 30-96	牛奶 90-120	草莓杯 90	西芹配花生醬杯 <sup>p</sup> 3/200	牛奶 90-120	各式水果 68	各式水果 68
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	新鮮水果 30-96	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120

菜單可能會因產品供應而變化。

菜單圖例: ~牛肉 cal 卡路里 IW 獨立包裝 ^不含肉 p 花生 \*豬肉 +禽肉 WG 全穀

其它菜品

每天提供的其它菜品(素食/純素): 花生醬杯<sup>p</sup> 400 cal · WG 貝果 · 1/2 c 蔬菜汁 · 小紅莓乾 · 胡蘿蔔 · 牛奶

這是一家提供均等機會的機構。

# 2020年10月帶走即食的校車校餐

週一 10/12/20		週二 10/13/20		週三 10/14/20 + 10/15/20 所有校餐點在週四都不開放		週五 10/16/20 週六和週日不發放校餐	
卡路里		卡路里		卡路里		卡路里	
<b>肉桂捲<sup>WG</sup></b> 232	<b>米花糖<sup>WG</sup></b> 100	<b>貝果<sup>WG</sup>配奶油乳酪<sup>^</sup></b> 130/70	<b>雞蛋 + 奶酪卷餅<sup>WG</sup></b> 180	<b>煎餅<sup>WG</sup></b> 210-220	<b>肉桂味谷片<sup>WG</sup></b> 230	<b>燕麥棒<sup>WG</sup></b> 140	
橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	
午餐							
<b>披薩<sup>WG</sup></b> 310-349	<b>火雞腸片<sup>+</sup> + 乳酪三 明治<sup>WG</sup></b> 226	<b>切達奶酪杯 + 奶酪條</b> 190/59	<b>火雞火腿<sup>+</sup> + 奶酪三 明治<sup>WGIW</sup></b> 227-280	<b>火雞<sup>+</sup> + 奶酪三明治<sup>WGIW</sup></b> 236-270	<b>麥斯奎特雞肉<sup>+</sup> + 奶 酪牛角麵包<sup>WG</sup></b> 322	<b>奶酪通心粉<sup>WG</sup></b> 428	
西芹配花生醬杯 <sup>p</sup> 3/200	小胡蘿蔔 35	Scoops穀片 <sup>WG</sup> 110	西蘭花配田園沙拉醬 15/55	黃瓜片配田園沙拉醬 8/55	烤鷹嘴豆 160	義大利紅醬杯 40	
藍莓杯 40	新鮮水果 30-96	莎莎醬杯 25	混合莓果杯 90	新鮮水果 30-96	小紅莓乾 110	桃子 53	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	混合乾果 120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	
		牛奶 90-120					
10/19/20		10/20/20		10/21/20 + 10/22/20 所有校餐點在週四都不開放		10/23/20 週六和週日不發放校餐	
<b>肉桂捲<sup>WG</sup></b> 232	<b>米花糖<sup>WG</sup></b> 100	<b>貝果<sup>WG</sup>配奶油乳酪<sup>^</sup></b> 130/70	<b>煎餅<sup>WG</sup></b> 210-220	<b>肉桂味谷片<sup>WG</sup></b> 230	<b>樹莓棒<sup>WG</sup></b> 231	<b>牛肉腸<sup>~</sup> + 乳酪貝果<sup>WG</sup></b> 235	
橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	
<b>披薩<sup>WG</sup></b> 310-349	<b>火雞<sup>+</sup> + 奶酪三明治<sup>WGIW</sup></b> 236-270	<b>酸奶<sup>^</sup>配麥片棒<sup>WG</sup></b> 180/220	<b>雞肉<sup>WG</sup>沙拉配田園沙拉 醬</b> 347	<b>烤奶酪三明治<sup>WG</sup></b> 280	<b>煮雞蛋蛋白質包<sup>^</sup></b> 295	<b>火雞火腿<sup>+</sup> + 奶酪三 明治<sup>WGIW</sup></b> 227-280	
櫻桃番茄配田園沙拉醬 18/55	西蘭花配田園沙拉醬 15/55	蔬菜汁 40	草莓杯 90	烤鷹嘴豆 160	小紅莓乾 110	小胡蘿蔔 35	
蘋果醬杯 50	新鮮水果 30-96	藍莓杯 40	牛奶 90-120	新鮮水果 30-96	牛奶 90-120	各式水果 68	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120		牛奶 90-120		牛奶 90-120	

菜單可能會因產品供應而變化。

菜單圖例: ~ 牛肉 cal 卡路里 IW 獨立包裝 ^ 不含肉 p 花生 \* 豬肉 + 禽肉 WG 全穀

其它菜品

每天提供的其它菜品(素食/純素): 花生醬杯<sup>p</sup> 400 cal · WG 貝果 · 1/2 c 蔬菜汁 · 小紅莓乾 · 胡蘿蔔 · 牛奶

這是一家提供均等機會的機構。

# 2020年10月帶走即食的校車校餐

週一 10/26/20		週二 10/27/20		週三 10/28/20 + 10/29/20 所有校餐點在週四都不開放		週五 10/30/20 週六和週日不發放校餐	
卡路里		卡路里		卡路里		卡路里	
<b>早餐</b>							
<b>肉桂捲<sup>WG</sup></b> <b>232</b>	<b>米花糖<sup>WG</sup></b> <b>100</b>	<b>貝果<sup>WG</sup>配奶油乳酪<sup>^</sup></b> <b>130/70</b>	<b>雞蛋 + 奶酪卷餅<sup>WG</sup></b> <b>180</b>	<b>煎餅<sup>WG</sup></b> <b>210-220</b>	<b>肉桂味谷片<sup>WG</sup></b> <b>230</b>	<b>燕麥棒<sup>WG</sup></b> <b>140</b>	
橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	橙汁 60	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	
<b>午餐</b>							
<b>披薩<sup>WG</sup></b> <b>310-349</b>	<b>火雞腸片<sup>+</sup> + 乳酪三 明治<sup>WG</sup></b> <b>226</b>	<b>花生果醬三明治<sup>pWG</sup></b> <b>550</b>	<b>火雞<sup>+</sup> + 奶酪三明治<sup>WGIW</sup></b> <b>227-280</b>	<b>雞肉<sup>WG</sup>沙拉配田園沙拉 醬</b> <b>347</b>	<b>奶酪通心粉<sup>WG</sup></b> <b>428</b>	<b>火雞火腿<sup>+</sup> + 乳酪三 明治<sup>WGIW</sup></b> <b>227-280</b>	
西芹配花生醬杯 <sup>p</sup> 3/200	小胡蘿蔔 35	蔬菜汁 40	櫻桃番茄配田園沙拉醬 18/55	新鮮水果 30-96	義大利紅醬杯 40	西芹 + 櫻桃番茄配田 園沙拉醬 11/55	
蘋果醬杯 50	新鮮水果 30-96	混合乾果 120	混合莓果杯 90	牛奶 90-120	水果冰沙 77	桃子 53	
牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120	牛奶 90-120		牛奶 90-120	牛奶 90-120	

菜單可能會因產品供應而變化。

菜單圖例: ~牛肉 cal 卡路里 IW 獨立包裝 ^不含肉 p 花生 \*豬肉 +禽肉 WG 全穀

其它菜品

每天提供的其它菜品(素食/純素): 花生醬杯<sup>p</sup> 400 cal · WG 貝果 · 1/2 c 蔬菜汁 · 小紅莓乾 · 胡蘿蔔 · 牛奶

這是一家提供均等機會的機構。