

THÁNG MƯỜI 2020 CÁC BỮA ĂN CÀ PHÊ ĐẾN LẤY + ĐI

THỨ HAI 9/28/20		THỨ BA 9/29/20		THỨ TƯ 9/30/20 + 10/1/20 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ NĂM		THỨ SÁU 10/2/20 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
CAL		CAL		DIỂM TÂM CAL		CAL	
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA		Cinnamon Chex^{^WG} 230	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Bánh Pancakes^{^WG} 210-220	Bánh Quế^{^WG} 232	Thanh Bánh Raspberry^{^WG} 231	Rice Krispies^{^WG} 100
Nước Cam	60	Nước Cam	60	Nước Cam	60	Nước Cam	60
Sữa	90-120	Sữa	90-120	Sữa	90-120	Sữa	90-120
BỮA ĂN TRƯA							
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA		Giảm Bông Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WG IW} 227-280	Đùi Gà^{+WG} với Khoai Tây và Gia Vi Roll^{WG} 330/70	Miếng Thịt Gà Chiên^{WG} w/ Đậu Cô-Ve + Cà rốt + Bánh Mì^{WG} 277/140	Bánh Pizza^{^WG} 310-349	Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WG IW} 236-270	Da Ua[^] w/ Thanh Cocoa Cherry^{WG} 180/120
Cà Rốt Nhỏ	35	Trái Cây Tươi	30-96	Quất khô	110	Cà Chua Nhỏ với Sốt Ranch	18/55
Kem Trái Cây	77	Sữa	90-120	Sữa	90-120	Trái Cây Tươi	30-96
Sữa	90-120					Sữa	90-120
10/5/20		10/6/20		10/7/20 + 10/8/20 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ NĂM		10/9/20 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
Bánh Quế^{^WG} 232	Rice Krispies^{^WG} 100	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Bánh Pancakes^{^WG} 210-220	Cinnamon Chex^{^WG} 230	Thanh Bánh Raspberry^{^WG} 231	Xúc Xích Bò[~] + Bánh Bagel với Phô ma^{WG} 235	
Nước Cam	60	Nước Cam	60	Nước Cam	60	Nước Cam	60
Sữa	90-120	Sữa	90-120	Sữa	90-120	Sữa	90-120
Bánh Pizza^{^WG} 310-349	Giảm Bông Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WG IW} 227-280	Bánh Thịt Bò Bằm[~] w/ Khoai Tây Chiên trên WG 278/160	Thịt Gà Tây Carnitas⁺ w/ Bắp & Bánh Mì Dẹp Nhỏ^{WG} 200/160	Phô Ma Chiên Dòn^{^WG} w/ Rau Broccoli 440	Trứng Luộc Đầy Protein[^] 295	Bánh Mì Nướng Phô Ma^{^WG IW} 280	
Cà Rốt Nhỏ	35	Trái Cây Khô Hỗn Hợp	120	Trái Cây Tươi	30-96	Quất khô	110
Ly Sốt Táo	50	Sữa	90-120	Sữa	90-120	Sữa	90-120
Sữa	90-120						

Menu có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.

THAY THẾ

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~Thịt Bò cal Calories IW Gói Riêng ^ Không có thịt p Đậu Phụng * Thịt Heo + Gà WG = Nguyên Hạt

Thay thế Hàng ngày (Rau/Ăn Chay): Ly Sốt Đậu Phụng^{pv} 400 cal • WG Bánh Bagel • 1/2 c Nước Rau • Craisins • Cà rốt • Sữa

Chương trình này là một dịch vụ cung cấp cơ hội công bằng.

THÁNG MƯỜI 2020 CÁC BỮA ĂN CÀ PHÊ ĐẾN LẤY + ĐI

THỨ HAI 10/12/20		THỨ BA 10/13/20		THỨ TƯ 10/14/20 + 10/15/20 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ NĂM		THỨ SÁU 10/16/20 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
CAL		CAL		DIỂM TÂM		CAL	
Bánh Quế^{AWG} 232	Rice Krispies^{AWG} 100	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Trứng + Phô Ma Cuộn Lại^{AWG} 180	Bánh Pancakes^{AWG} 210-220	Cinnamon Chex^{AWG} 230	Thỏi Cereal^{AWG} 140	
Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	
Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	
BỮA ĂN TRƯA							
Bánh Pizza^{AWG} 310-349	Thịt Gà Ớt Ngọt Thái⁺ w/ Cơm Rau^{WG} 301	Bánh Taco[~] w/ Bắp & Bánh Mì Dẹp Nhỏ^{WG} 169/160	Đùi Gà^{AWG} w/ Khoai Tây và Gia Vị + Bánh Mì^{WG} 330/70	Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WGIW} 236-270	Da Ua[^] w/ Thanh Cocoa Cherry^{WG} 180/200	Nuôi Cavatappi và Phô Ma^{AWG} 428	
Rau Celery với Ly Bơ	Cà Rốt Nhỏ 35	Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120	Ly Trộn Trái Berry 90	Dưa Leo Thái Mỏng	Đậu Chickpea Rang 160	Cúp Sốt Cà Chua 40	
Đậu Phộng ^p 3/200	Trái Cây Tươi 30-96	Sữa 90-120	Sữa 90-120	với Sốt Ranch 8/55	Quất khô 110	Trái Đào 53	
Ly Sốt Táo 50	Sữa 90-120			Trái Cây Tươi 30-96	Sữa 90-120	Sữa 90-120	
Sữa 90-120				Sữa 90-120			
10/19/20		10/20/20		10/21/20 + 10/22/20 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ NĂM		10/23/20 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
Bánh Quế^{AWG} 232	Rice Krispies^{AWG} 100	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Bánh Pancakes^{AWG} 210-220	Bánh Quế^{AWG} 230	Thanh Bánh Raspberry^{AWG} 231	Xúc Xích Bò[~] + Bánh Bagel với Phô ma^{WG} 235	
Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	
Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	
Bánh Pizza^{AWG} 310-349	Thịt Gà Cam Bắc Kinh⁺ với Cơm Rau^{WG} 290	Khúc Bánh Nướng^{WG} với Xúc Xích[*] 344	Hot Dog Gà Tây⁺ trên Bánh^{WG} w/ Đậu Ranchero 302	Bánh Mì Nướng Phô Ma^{WGIW} 280	Trứng Luộc Đầy Protein[^] 295	Giảm Bông Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WGIW} 227-280	
Cà Chua Nhỏ với Sốt Ranch 18/55	Rau Broccoli với Sốt Ranch 15/55	Nước Rau 40	Ly Trái Dâu 90	Nước Rau 40	Quất khô 110	Cà Rốt Nhỏ 35	
Ly Sốt Táo 50	Trái Cây Tươi 30-96	Trái Đào 53	Sữa 90-120	Trái Cây Tươi 30-96	Sữa 90-120	Trái Cây Trộn 68	
Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120		Sữa 90-120		Sữa 90-120	

Menu có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~Thịt Bò cal Calories IW Gói Riêng ^ Không có thịt p Đậu Phộng * Thịt Heo + Gà WG = Nguyên Hạt

THAY THẾ

Thay thế Hàng ngày (Rau/Ăn Chay): Ly Sốt Đậu Phộng^p 400 cal • WG Bánh Bagel • 1/2 c Nước Rau • Craisins • Cà rốt • Sữa

Chương trình này là một dịch vụ cung cấp cơ hội công bằng.

THÁNG MƯỜI 2020 CÁC BỮA ĂN CÀ PHÊ ĐẾN LẤY + ĐI

THỨ HAI 10/26/20		THỨ BA 10/27/20		THỨ TƯ 10/28/20 + 10/29/20 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ NĂM				THỨ SÁU 10/30/20 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
CAL		CAL		CAL		DIỂM TÂM		CAL	
Bánh Quế^{^WG} 232	Rice Krispies^{^WG} 100	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Trứng + Phô Ma Cuộn Lại^{^WG} 180	Bánh Pancakes^{^WG} 210-220	Cinnamon Chex^{^WG} 230	Thôi Cereal^{^WG} 140			
Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60	Nước Cam 60			
Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120			
BỮA ĂN TRƯA									
Bánh Pizza^{^WG} 310-349	Miếng Thịt Gà Cây^{+WG} w/ Rau Spinach Phô Ma 338	Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WG IW} 227-280	Bánh Mì Cá Dòn với Khoai^{^WG} 360	Bánh Taco[~] w/ Bắp & Bánh Mì Dẹp Nhỏ^{WG} 169/160	Nuôi Cavatappi và Phô Ma^{^WG} 428	Giảm Bông Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WG IW} 227-280			
Rau Cần Tây với Ly Bơ Đậu Phộng ^p 3/200	Cà Rốt Nhỏ 35	Đậu Chickpea Rang 160	Cà Chua Nhỏ với Sốt Ranch 18/55	Sà lách Tươi với Sốt Ranch 23/55	Cúp Sốt Cà Chua 40	Cần Tây + Cà Chua Nhỏ với Sốt Ranch 11/55			
Ly Sốt Táo 50	Trái Cây Tươi 30-96	Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120	Ly Trộn Trái Berry 90	Trái Cây Tươi 30-96	Kem Trái Cây 77	Trái Đào 53			
Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120			

Menu có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~Thịt Bò cal Calories IW Gói Riêng ^ Không có thịt p Đậu Phụng * Thịt Heo + Gà WG = Nguyên Hạt

THAY THẾ

Thay thế Hằng ngày (Rau/Ăn Chay): Ly Sốt Đậu Phụng^p 400 cal • WG Bánh Bagel • 1/2 c Nước Rau • Craisins • Cà rốt • Sữa

Chương trình này là một dịch vụ cung cấp cơ hội công bằng.