

THÁNG TƯ 2021 TIỂU HỌC ĐẾN LẤY THỨC ĂN

THỨ HAI 4/5/21	THỨ BA 4/6/21 + 4/7/21 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ TƯ		THỨ NĂM 4/8/21	THỨ SÁU 4/9/21 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT		
CAL	CAL	CAL	ĐIỂM TÂM	CAL	CAL	CAL
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA	Thanh Bánh Raspberry^{AWG} 231 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Cheerios Nhiều Loại Hạt^{AWG} 100 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Quế^{AWG} 232 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Pancakes^{AWG} 210-220 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Trứng + Phô Ma Cuộn Lại^{AWGIW} 180 Nước Cam 60 Sữa 90-120
BỮA ĂN TRƯA						
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA	Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WGIW} 236-270 Ly Salsa 25 Scoops ^{WG} 110 Trái Đào 53 Sữa 90-120	Da ua[^] + Bánh Grahams^{WG} 180/120 Đậu Chickpea Rang 160 Ly Blueberry 40 Sữa 90-120	Giảm Bông Thịt Gà⁺ + Bánh Croissant Phô Ma^{WG} 340 Cà Rốt Nhỏ 35 Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120 Sữa 90-120	Pizza Gói Chấm DIY 499 Trái Táo Thái 30 Sữa 90-120	Nui Rotini^{WG} + Sốt Thịt⁻ 359 Nước Rau 40 Quất khô 110 Sữa 90-120	Đùi Gà^{+WG} w/ Khoai Tây Nướng⁺ + Bánh Mì^{WG} 330/70 Kem Trái Cây 77 Sữa 90-120
BỮA ĂN TỐI						
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA	Thỏi trái Blueberry xoắn^{AWG} 380 HAY Que Phô Ma + Bánh Pretzel^{AWGIW} 118/140 Cà Rốt Nhỏ 35 Trái Cây Tươi 30-96 Sữa 90-120	Bánh Mì Bơ Đậu Phộng + Mứt^{pWG} 631 HAY Bánh Mì Nướng Phô Ma^{AWGIW} 280 Bánh Croa-xăng Phô Ma^{WG} 330 Nước Rau 40 Quất khô 110 Sữa 90-120	Ly Hummus[^] với Bánh Lạt Phô Ma^{WG} 320 Cà Rốt Nhỏ 35 Trái Đào 53 Sữa 90-120			
MÓN ĂN VẶT						
TRƯỜNG HỌC ĐÓNG CỬA	Túi Đồ Ăn Vặt^{WG} 200	Tô Ngũ Cốc^{WG} 100 Sữa 90-120	Bánh Grahams^{WG} 120 Sữa 90-120			

Quy trình Trên mạng để Yêu cầu Nguồn Hỗ trợ Thực phẩm Có sẵn 24/7. Cư dân đang tìm kiếm thông tin về các nguồn hỗ trợ thực phẩm hiện có thể yêu cầu trợ giúp bằng cách điền vào mẫu đơn đơn giản trên mạng. Có trong bảy ngôn ngữ (Amharic, Trung hoa, Anh, Pháp, Hàn, Tây Ban Nha và Việt), mẫu đơn được chuyên gia tài nguyên đã được đào tạo cứu xét, và cư dân nhận được cú điện thoại trả lời trong vòng một ngày làm việc. Chuyên gia sẽ xác định nhu cầu thực phẩm cá nhân của cư dân và giúp họ tìm kiếm sự trợ giúp về thực phẩm trong cộng đồng của họ. Không cần thông tin nhận dạng cá nhân để được trợ giúp. Thông tin có sẵn về các trang mạng phân phối thực phẩm miễn phí, giao bữa ăn và hàng tạp hóa miễn phí, SNAP (Phiếu thực phẩm), các nhà cung cấp hỗ trợ thực phẩm địa phương, và các nguồn lực khác ở Quận Montgomery. Cư dân cũng có thể gọi 311 và yêu cầu Food Access Call Center để được trợ giúp về nhu cầu thực phẩm của họ.

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~ Thịt Bò Cal Calo IW Gói Riêng biệt
 ^ Không Thịt p Đậu Phộng *Thịt Heo +Thịt Gà WG = Nguyên Hạt

THAY THẾ Hằng ngày (Rau/Ăn Chay):
 Bánh Bơ Đậu Phộng + Mứt HAY Ly Bơ Đậu Phộng^{pV} + Bánh Bagel^{WG} • Hummus
 HAY Que Phô Ma[^] • Bánh Pretzel Mềm^{WG} • Nước Rau Ép • Trái Cây Tươi • Sữa

Thực đơn có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.
 Cơ quan này là một nhà cung cấp cơ hội bình đẳng.

THÁNG TƯ 2021 TIỂU HỌC ĐẾN LẤY THỨC ĂN

THỨ HAI 4/19/21		THỨ BA 4/20/21 + 4/21/21 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ TƯ		THỨ NĂM 4/22/21		THỨ SÁU 4/23/21 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
CAL		CAL		ĐIỂM TÂM		CAL	
Bánh Quế ^{AWG} 232 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Thanh Bánh Raspberry ^{AWG} 231 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Bagel ^{WG} với Sốt Phô Ma [^] 130/70 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Cheerios Nhiều Loại Hạt ^{AWG} 100 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Quế ^{AWG} 232 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Bánh Pancakes ^{AWG} 210-220 Nước Cam 60 Sữa 90-120	Trứng + Phô Ma Cuộn Lại ^{AWGIW} 180 Nước Cam 60 Sữa 90-120	
BỮA ĂN TRƯA							
Thịt Gà Tây ⁺ + Bánh Mi Phô Ma ^{WGIW} 236-270 Scoops ^{WG} 110 Ly Salsa 25 Trái Đào 53 Sữa 90-120	Da ua [^] + Bánh Grahams ^{WG} 180/120 Đậu Chickpea Rang 160 Trái Cây Trộn 68 Sữa 90-120	Bánh Sandwich ⁺ Chả Gà ^{WG} 342 Ly Hummus 110 Trái Táo Thái 30 Sữa 90-120	Giăm Bông Thịt Gà ⁺ + Bánh Croissant Phô Ma ^{WG} 340 Cà Rốt Nhỏ 35 Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120 Sữa 90-120	Pizza Gói Chấm DIY 499 Trái Táo Thái 30 Sữa 90-120	Đùi Gà ^{WG} w/ Khoai Tây Nướng + Bánh Mi ^{WG} 330/70 Quất khô 110 Sữa 90-120	Bánh Mi Nướng Phô Ma ^{AWGIW} 280 Cúp Sốt Cà Chua 45 Kem Trái Cây 77 Sữa 90-120	
BỮA ĂN TỐI							
Bánh Mi Bơ Đậu Phộng + Mứt ^{WG} 631 HAY Bánh Mi Nướng Phô Ma ^{AWGIW} 280 Bánh Croa-xăng Phô Ma ^{WG} 330 Nước Rau 40 Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120 Sữa 90-120	Bánh Mi Nướng Phô Ma ^{AWGIW} 280 Cúp Sốt Cà Chua 45 Trái Cây Trộn 68 Sữa 90-120	Giăm Bông Thịt Gà Tây ⁺ + Bánh Mi Phô Ma ^{WGIW} 227-280 Nước Rau 40 Trái Cây Tươi 30-96 Sữa 90-120	Ly Hummus [^] với Bánh Lạt Phô Ma ^{WG} 320 Cà Rốt Nhỏ 35 Trái Đào 53 Sữa 90-120				
MÓN ĂN VẶT							
Túi Đồ Ăn Vặt ^{WG} 200	Túi Đồ Ăn Vặt ^{WG} 200	Tô Ngũ Cốc ^{WG} 100 Sữa 90-120	Bánh Grahams ^{WG} 120 Sữa 90-120				

Quy trình Trên mạng để Yêu cầu Nguồn Hỗ trợ Thực phẩm Có sẵn 24/7. Cư dân đang tìm kiếm thông tin về các nguồn hỗ trợ thực phẩm hiện có thể yêu cầu trợ giúp bằng cách điền vào mẫu đơn đơn giản trên mạng. Có trong bảy ngôn ngữ (Amharic, Trung hoa, Anh, Pháp, Hàn, Tây Ban Nha và Việt), mẫu đơn được chuyên gia tài nguyên đã được đào tạo tạo cứu xét, và cư dân nhận được cú điện thoại trả lời trong vòng một ngày làm việc. Chuyên gia sẽ xác định nhu cầu thực phẩm cá nhân của cư dân và giúp họ tìm kiếm sự trợ giúp về thực phẩm trong cộng đồng của họ. Không cần thông tin nhận dạng cá nhân để được trợ giúp. Thông tin có sẵn về các trang mạng phân phối thực phẩm miễn phí, giao bữa ăn và hàng tạp hóa miễn phí, SNAP (Phiếu thực phẩm), các nhà cung cấp hỗ trợ thực phẩm địa phương, và các nguồn lực khác ở Quận Montgomery. Cư dân cũng có thể gọi 311 và yêu cầu Food Access Call Center để được trợ giúp về nhu cầu thực phẩm của họ.

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~ Thịt Bò Cal Calo IW Gói Riêng biệt
^ Không Thịt p Đậu Phộng *Thịt Heo +Thịt Gà WG = Nguyên Hạt

THAY THẾ Hằng ngày (Rau/Ăn Chay):
Bánh Bơ Đậu Phộng + Mứt HAY Ly Bơ Đậu Phộng^{PV} + Bánh Bagel^{WG} • Hummus
HAY Que Phô Ma[^] • Bánh Pretzel Mềm^{WG} • Nước Rau Ép • Trái Cây Tươi • Sữa

Thực đơn có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.
Cơ quan này là một nhà cung cấp cơ hội bình đẳng.

THÁNG TƯ 2021 TIỂU HỌC ĐẾN LẤY THỨC ĂN

THỨ HAI 4/26/21		THỨ BA 4/27/21 + 4/28/21 TẤT CẢ CÁC ĐỊA ĐIỂM ĐÓNG CỬA VÀO NGÀY THỨ TƯ		THỨ NĂM 4/29/21		THỨ SÁU 4/30/21 KHÔNG PHÂN PHÁT BỮA ĂN VÀO NGÀY THỨ BẢY + CHỦ NHẬT	
CAL		CAL		DIỂM TÂM		CAL	
Bánh Quế^{AWG} 232	Thanh Bánh Raspberry^{AWG} 231	Bánh Bagel^{WG} với Sốt Phô Ma[^] 130/70	Cheerios Nhiều Loại Hạt^{AWG} 100	Bánh Quế^{AWG} 232	Bánh Pancakes^{AWG} 210-220	Xúc Xích Bò + Bánh Bagel Nhỏ với Phô ma^{WGIW} 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	
BỮA ĂN TRƯA							
Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WGIW} 236-270	Da ua[^] + Bánh Grahams^{WG} 180/120	Que Phô Ma + Hummus với Bánh Pretzel^{WGIW} 169/140	Bánh⁺ Thịt Gà Xà Lách^{WG} 442	Bánh Sandwich⁺ Chả Gà^{WG} 342	Nuôi Cavatappi và Phô Ma^{WG^} 428	Gà Cam Bắc Kinh^{WG} w/ với Cơm Rau^{WG} 290	
Scoops ^{WG} 110	Đậu Chickpea Rang 160	Cà Rốt Nhỏ 35	Trái Cây Khô Hỗn Hợp 120	Nước Rau 40	Cúp Sốt Cà Chua 45	Cà Rốt Nhỏ 35	
Ly Salsa 25	Trái Cây Trộn 68	Trái Táo Thái 35	Sữa 90-120	Trái Táo Thái 35	Kem Trái Cây 77	Quất khô 110	
Trái Đào 53	Sữa 90-120	Sữa 90-120		Sữa 90-120	Sữa 90-120	Sữa 90-120	
BỮA ĂN TỐI							
Bánh Mì Bơ Đậu Phộng + Mứt^{WG} 631	Thỏi trái Blueberry xoắn^{AWG} 380	Thịt Gà Tây⁺ + Bánh Mì Phô Ma^{WGIW} 236-270	Bánh Pizza^{AWGIW} 359				
HAY	HAY	Cà Rốt Nhỏ 35	Cúp Sốt Cà Chua 45				
Bánh Mì Nướng Phô Ma^{WGIW} 280	Que Phô Ma + Bánh Pretzel^{WGIW} 118/140	Trái Cây Tươi 30-96	Trái Cây Trộn 68				
Bánh Croa-xăng Phô Ma^{WG} 330	Nước Rau 40	Sữa 90-120	Sữa 90-120				
Cà Rốt Nhỏ 35	Trái Đào 53						
Quất khô 110	Sữa 90-120						
Sữa 90-120							
MÓN ĂN VẶT							
Túi Đồ Ăn Vặt^{WG} 200	Túi Đồ Ăn Vặt^{WG} 200	Tô Ngũ Cốc^{WG} 100	Bánh Grahams^{WG} 120				
		Sữa 90-120	Sữa 90-120				

Quy trình Trên mạng để Yêu cầu Nguồn Hỗ trợ Thực phẩm Có sẵn 24/7. Cư dân đang tìm kiếm thông tin về các nguồn hỗ trợ thực phẩm hiện có thể yêu cầu trợ giúp bằng cách điền vào mẫu đơn đơn giản trên mạng. Có trong bảy ngôn ngữ (Amharic, Trung hoa, Anh, Pháp, Hàn, Tây Ban Nha và Việt), mẫu đơn được chuyên gia tài nguyên đã được đào tạo cứu xét, và cư dân nhận được cú điện thoại trả lời trong vòng một ngày làm việc. Chuyên gia sẽ xác định nhu cầu thực phẩm cá nhân của cư dân và giúp họ tìm kiếm sự trợ giúp về thực phẩm trong cộng đồng của họ. Không cần thông tin nhận dạng cá nhân để được trợ giúp. Thông tin có sẵn về các trang mạng phân phối thực phẩm miễn phí, giao bữa ăn và hàng tạp hóa miễn phí, SNAP (Phiếu thực phẩm), các nhà cung cấp hỗ trợ thực phẩm địa phương, và các nguồn lực khác ở Quận Montgomery. Cư dân cũng có thể gọi 311 và yêu cầu Food Access Call Center để được trợ giúp về nhu cầu thực phẩm của họ.

Chỉ Dẫn Thực Đơn: ~ Thịt Bò Cal Calo IW Gói Riêng biệt
^ Không Thịt p Đậu Phộng *Thịt Heo +Thịt Gà WG = Nguyên Hạt

THAY THẾ Hằng ngày (Rau/Ăn Chay):
Bánh Bơ Đậu Phộng + Mứt HAY Ly Bơ Đậu Phộng^{PV} + Bánh Bagel^{WG} • Hummus HAY Que Phô Ma[^] • Bánh Pretzel Mềm^{WG} • Nước Rau Ép • Trái Cây Tươi • Sữa

Thực đơn có thể thay đổi tùy theo sản phẩm được cung cấp.
Cơ quan này là một nhà cung cấp cơ hội bình đẳng.