


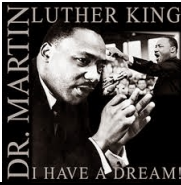


LUNCH MENU – January 2020

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
		1.  Happy New Year	2. Bk. Chicken Drum 1 ea. Calif. Vegetable ¼ c. Whl. Wht. Bread 1 sl. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	3. Beef Patty 1 ea. On Whl. Wht. Bun 1 ea. Cheese 1 sl. Potato Salad ½ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6 oz.
6. WG Bean & Cheese Burrito 1 ea. Baby Carrots 1.6 oz. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6 oz.	7. Beef Pepper Steak 1 ea. w/gravy Mashed Potatoes ¼ c. Whl. Wht. Bread 1 sl. Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	8. Turkey Bologna 2 sl. & Cheese 1 sl. Whl. Wht. Bread 1 sl. Vegetable Soup 4 oz. Pineapple tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	9. Chicken Alfredo ¾ c. Toss Salad w/carrots ½ c Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	10. WG Brd. Chicken Drumstick 1 ea. Whl. Steamed Carrots ¼ c Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
13. WG Brd. Chicken Strips 3 ea. Baby Carrots 1.6 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	14. BBQ Chicken Thigh 1 ea. Green Salad ½ c. Whl. Wht. Bread 1 sl. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	15. Hamburger 1 ea. on a Bun w/Cheese 1 sl. Potato Salad ¼ c. Apple 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	16. Beef Salisbury Steak 1 ea w/gravy 1 oz. Whl. Wht. Bread 1 sl. Veg Medley ¼ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	17. Meatballs 2 ea. Beef gravy 1 oz. Brown Rice ½ c. Toss Salad w/carrot ½ c Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6 oz.
20.  LUTHER KING DR. MARTIN LUTHER KING, JR. I HAVE A DREAM!	21. Beef Meatloaf w/gry 1 ea Mashed Potatoes ¼ c. Whl. Wht. Dinner roll 1 ea Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	22. BBQ Pork Rib-B-Q sand. On Whl. Wht. Bun 1 ea. Coleslaw w/carrots ¼ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	23. Chinese chicken Stir Fry ¾ c. Whl. Wht. Dinner roll 1 ea Orange 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	24. Cheese Lasagna 1 sl. Toss Salad w/carrot ½ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
27. WG Beef Stroganoff ¾ c. Baby Carrots ¼ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	28. Italian Chicken thigh 1 ea Whl. Wht. Bread 1 sl. Steamed Carrots ½ c. Orange 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	29. Beef Salisbury Steak 1 ea w/gravy 1 oz. Whl. Wht. Dinner Roll 1 ea. Corn ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	30. Turkey Ham 4 sl. & cheese 1 sl. Whl Wht. Bread 1 sl. Green Salad ½ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	31. WG Brd. Chicken Strips 3 ea. Peas & Carrots ¼ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.

This institution is an equal opportunity provider.



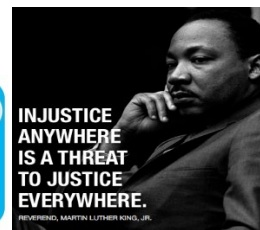
Plants need clean water




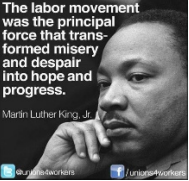
Care for California



Put fresh on your plate



Menú de Almuerzo – enero 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1. Feliz Año Nuevo 	2. Pierna de pollo empanizado GE Mezcla de Verduras Pan de Trigo integral Durazno en cubitos Leche blanca 1%	3. Filete de res en un bolillo de trigo integral con queso Ensalada de Papas Pera en cubitos Leche blanca 1%
6. Burrito de frijoles y queso GE Zanahorias pequeñas Pera en cubitos Leche blanca 1%	7. Bistec de res con pimienta con salsa espesa Puré de papas Pan integral Fruta tropical Leche blanca 1%	8. Bologna de Pavo y queso en un Pan trigo integral Caldo de Verduras Trocitos de piña Leche blanca 1%	9. Pollo en salsa Alfredo Ensalada con Zanahorias Durazno en cubitos Leche blanca 1%	10. Pierna de pollo empanizado GE Zanahorias al vapor Fruta Tropical Leche blanca 1%
13. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias pequeñas Trocitos de piña Leche blanca 1%	14. Muslo de pollo con salsa BBQ Ensalada verde Pan de trigo integral Fruta tropical Leche blanca 1%	15. Hamburguesa de carne de res en un bolillo de trigo integral con queso Ensalada de Papa Manzana Leche blanca 1%	16. Bistec Salisbury con salsa espesa Pan de trigo integral Mezcla de verduras Chabacanos Leche blanca 1%	17. Albóndigas con salsa espesa de res Arroz integral Ensalada con zanahorias Pera en cubitos Leche blanca 1%
20. Holiday  The labor movement was the principal force that transformed misery and despair into hope and progress. Martin Luther King, Jr.	21. Rollo de carne molida de res con salsa espesa Puré de papas Bolillo de trigo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	22. Costilla de puerco en salsa BBQ en un bolillo de trigo integral Ensalada de Repollo con zanahorias Durazno en cubitos Leche blanca 1%	23. Sofrito de pollo estilo chino Bolillo de trigo integral Naranja Leche blanca 1%	24. Lasagna con queso Ensalada con zanahorias Fruta tropical Leche blanca 1%
27. Guisado de enchiladas de res GE Zanahorias pequeñas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	28. Muslo de pollo italiana Pan de trigo integral Zanahorias al vapor Naranja Leche blanca 1%	29. Bistec Salisbury con salsa espesa Bolillo de trigo integral Elote Trocitos de piña Leche blanca 1%	30. Jamón de Pavo y Queso Pan de trigo integral Ensalada verde Durazno en cubitos Leche blanca 1%	31. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias y chícharos Fruta tropical Leche blanca 1%

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Cuidemos de California



Ponga fruta fresca en su plato



Las plantas necesitan agua limpi