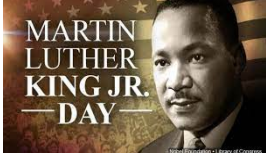




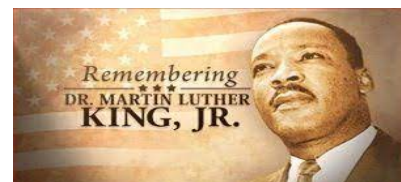


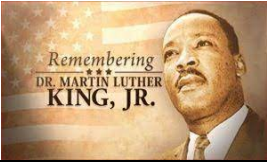


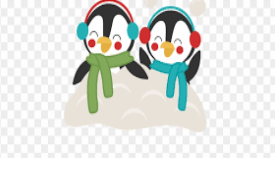

FPC Lunch Menu - January 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>3. CSPP Beef Mtloaf w/grv 1ea. Deluxe Mashed Potatoes 1/4 c. Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>4. CSPP BBQ Pork Rib-B-Q On a Whole WheatBun 1 ea. Coleslaw w/carrots 1/4c. Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>5. CSPP Build Your Own Burrito WG 6" Flour Tortilla 1ea Seas. Ground Beef 1/4 cup Refried Beans 1/4c Shred. Cheese 1/2oz Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>6. CSPP Chinese Chicken Stir Fry 3/4 cup WG Brown Rice 1/2cup Cantaloupe Chunks 1/2 c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>7. CSPP WG Cheese Lasagna Toss Sld w/carrot 1/2cup Applesauce 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>10. WG Beef Enchilada Casserole 3/4c. Greenbeans 1/4c. Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>11. Italian Chick Thigh 1ea Whl Wheat Bread 1ea Whl Steamed Carrots 1/4 cup Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>12. Beef SalisburySteak1ea with gravy 1 oz Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Corn 1/4c Honeydew Chunks 1/2 cup 1% White Milk 6oz.</p>	<p>13. Turkey Ham4sl & Chz 1sl WWBread 1 slice Minestrone Soup ½ c. Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>14. WGBrd. Chicken Strips 3ea. Peas & Carrots 1/4c Tropical Fruit 1/2c. 1/2pt 1% White Milk 1ea.</p>
<p>17. </p>	<p>18. BBQ Chick Thigh 1ea Peas & Carrots 1/4c Whl Wheat Bread 1ea Pineapple Tidbits 1/2c. 1/2pt 1% White Milk 1ea.</p>	<p>19. TurkeyBologna2sl&Chz 1sl Whl. Wheat Bread 1 sl. Baby Carrots 1.3 oz Sliced Apple w/vitc 1ea 1% White Milk 6oz.</p>	<p>20. Bk Chicken Drum. 1ea Hi C Salad w/Romain ½ c Whl Wheat Bread 1ea Cantaloupe Chunks 1/2 cup 1% White Milk 6oz.</p>	<p>21. Beef Patty 1ea On Whole Wheat Bun 1 ea. Cheese 1sl. Potato Salad 1/4C Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>24. WG Bean&Chz Burrito 1ea Baby Carrots 1.3 oz Mixed Fruit 1/2c. 1% White Milk 1ea.</p>	<p>25. WG Brd. ChkPatty 1ea On Whole Wheat Bun 1 ea. Peas & Carrots 1/4c Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>26. Beef Pepper Steak 1ea w/gravy Deluxe Mashed Potatoes 1/4 c. Whl Wheat Bread 1ea Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>27. WG Chicken Alfredo 3/4 cup Hi C Sldw/Romain 1/2c Honeydew Chunks 1/2 cup 1% White Milk 6oz.</p>	<p>28. WGBrd.Chicken Drumstick 1ea. Whl Steamed Carrots 1/4 cup Tropical Fruit 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>31. Build Your Own Burrito WG 6" Flour Tortilla 1ea Refried Beans 1/3c Shred. Cheese 1/2oz Cabbage and Cilantro 1/4c Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.</p>				

This institution is an equal opportunity provider.



Día extended menú s enero 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. CSPP Rollo de carne molida con salsa espesa Puré de papas bolillo de trigo integral Pera en cubitos Leche blanca 1%	4 CSPP Puerco BBQ en un Bolillo de trigo integral Ensalada de repollo con zanahorias Durazno en cubitos Leche blanca 1%	5. CSPP Tortillas GE Carne de res sazónada Frijoles refritos Queso rallado Trocitos de piña Leche blanca 1%	6. CSPP Sofrito de pollo estilo chino Arroz melón Leche blanca 1%	7. CSPP Lasagna de Queso Ensalada con zanahorias Puré de manzana Leche blanca 1%
10. Guisado de enchiladas de res GE Ejotes Pera en cubitos Leche blanca 1%	11. Muslo de pollo Italiana Pan de Trigo integral Zanahorias al vapor Trocitos de piña Leche blanca 1%	12. Bistec Salisbury de res con salsa espesa Bolillo de trigo integral Melón dulce Leche blanca 1%	13. Boloña de Jamón y queso en pan de trigo integral Sopa minestrone Durazno en cubitos Leche blanca 1%	14. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias pequeñas Trocitos de piña Leche blanca 1%
17. 	18. Muslo de pollo en salsa BBQ Zanahorias y Chicharos Pan de Trigo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	19. Boloña de Pavo y queso en pan de trigo integral Zanahorias pequeñas Manzana rodajas con C Leche blanca 1%	20. Pierna de pollo al horno Ensalada C con romania Pan de trigo integral Melón Leche blanca 1%	21. Filete de Res en un Pan de trigo integral Queso Ensalada de Papas Pera en cubitos Leche blanca 1%
24. Burrito de frijoles y queso Zanahorias pequeñas Mezcla de fruta Leche blanca 1%	25. Filete de Pollo empanizado en un Bolillo Chicharos y Zanahoeias Pera en cubitos Leche blanca 1%	26. Bistec a al pimienta con salsa espesa Puré de Papas Pan de trigo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	27. Pasta Alfredo con pollo Ensalada C con romana Melón dulce Leche blanca 1%	28. Pierna de pollo empanizado Zanahorias al vapor Fruta Tropical Leche blanca 1%
31. Tortillas GE Frijoles refitos y Queso rallado Repollo y cilantro Durazno en cubitos Leche blanca 1%				

Favor de cortar toda la fruta fresta para nuestros niños. Todos los panes son de trigo integral o multi-grano.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

