




FPC Lunch Menu- March 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	<p>1. Chinese Chicken Stir Fry ¾ c. WG Brown Rice ½ c. Cantaloupe Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>2. Turkey Ham4sl & Chz 1sl WWBread 1 slice Shredded Lettuce ¼ c. Baby Carrots 1.6 oz Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>3. Pepper Steak 1ea w/gravy Veg. Medley ¼ c. Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Apricots ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>4. HB Soc Mini Raviolis 5ea w/ cheese & marinara Toss Sld w/carrot ½ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>7. Spaghetti w/ meat sauce¾ c. Hi C Sldw/Romain ½ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>8. Beef Mtloaf w/grv 1ea. Deluxe Mashed Potatoes ¼ c. Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>9. BBQ Chick Thigh 1ea WW Bread 1 sl. Green Salad ¼ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>10. Hamburger on a WG Bun Cheese 1sl. Potato Salad ¼ c. Sliced Apple w/vitc 1ea. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>11. CSPP Build Your Own Burrito WG 6" Flour Tortilla 1ea Refried Beans ½ c. Shred. Cheese ½ oz. Cabbage and Cilantro ¼ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>14. Chicken Meatballs 2ea. w/gravy 1 oz WG Brown Rice ½ c. Toss Sld w/carrot ½ c. Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>15. BBQ Pork Rib-B-Q Sand. On Whole Wheat Bun 1 ea. Coleslaw ½ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>16. Italian Chick Thigh 1ea WW Bread 1 sl. Broccoli ¼ c Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>17. Turkey Salami 4sl. WW Bread 1 sl. Cheese 1sl. Baby Carrots 1.6 oz Sliced Apple w/vitc 1ea 1% White Milk 6oz.</p>	<p>18. HB Soc WGBean & Cheese burrito 1 ea. Baby Carrots 1.6 oz Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>21. WGBrd. Chicken Strips 3ea. Peas & Carrots ¼ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>22. Beef Patty 1ea On Whole Wheat Bun 1 ea. Cheese 1sl. Potato Salad ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz..</p>	<p>23. Beef SalisburySteak1ea with gravy 1 oz Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Corn ¼ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>24. Mac & Cheese ¾ c. Green Salad ½ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>25. WG Vegetarian Enchilada Casserole ¾ c. Greenbeans ¼ c. Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>28. Build Your Own Chicken Wrap WG 6" Flour Tortilla 1ea Chkn Strips 2 oz. Shred. Cheese ½ oz. Shredded Lettuce ¼ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>29. BBQ Chick Thigh 1ea Peas & Carrots ¼ c. WW Bread 1 sl. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>30. Turkey Ham4sl & Chz 1sl WWBread 1 slice Shredded Lettuce ¼ c. Baby Carrots 1.6 oz Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>31. <i>Holiday</i></p> 	

This institution is an equal opportunity provider.






Plants need clean water  Care for California



Put fresh on your plate

Día extended menú s - Marzo 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1. Sofrito de pollo estilo chino Arroz Melon Leche blanca 1%	2. Pavo de Jamón y queso en pan de trigo integral Ensalada verde Zanahorias pequeñas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	3. Bistec de res pimiento con salsa espesa Mezcla de Verduras Bolillo de trigo integral Durazno en cubitos Leche blanca 1%	4. HB Soc Mini Raviolis de queso con marinara Ensalada con zanahorias Pera en cubitos Leche blanca 1%
7. Espagueti con salsa de carne Ensalada con lechuga romana. Durazno en cubitos Leche blanca 1%	8. Mezcla de carne res en salsa espesa Puré de Papas Bolillo de trigo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	9. Muslo de pollo con salsa BBQ Pan integral Ensalada verde Fruta tropical Leche blanca 1%	10. Hamburguesa de res en un bolillo con queso Ensalada de papas Manzana en rodajas Leche blanca 1%	11. CSPP Construye tu propio burrito Tortilla GE con carina de res sazónada y frijoles Refritos y queso rallado Melon dulce Leche blanca 1%
14. Alóndigas de pollo con salsa espesa Arroz GE Ensalada con zanahorias Mezcla de fruta Leche blanca 1%	15. Puerco BBQ en un Bolillo de trigo integral Ensalada de repollo. Durazno en cubitos Leche blanca 1%	16. Muslo de pollo Italiana Pan de Trigo integral Brocoli Trocitos de piña Leche blanca 1%	17. Salami de Pavo y queso en pan de trigo integral Zanahorias pequeñas Manzana de rojadas con vit. C Leche blanca 1%	18. HB Soc Burrito de Frijoles y Queso Zanahorias pequeñas Mezcla de fruta Leche blanca 1%
21. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias y Chicharos Durazno en cubitos Leche blanca 1%	22. Filete de Res en un Bolillo de trigo integral Queso Ensalada de Papas Trocitos de piña Leche blanca 1%	23. Bistec Salisbury de res con salsa espesa Bolillo de trigo integral Eloté Melon dulce Leche blanca 1%	24. Queso y pasta Mac Ensalada verde Durazno en cubitos Leche blanca 1%	25. Cazuela de Enchilada vegetariana Judías verdes Mezcal de fruta Leche Blanca 1%
28. Build Your Own Wrap de pollo Tortilla GE Fajitas de pollo Refritos y queso rallado Durazno en cubitos Leche Blanca 1%	29. Muslo de pollo en salsa BBQ Zanahorias y Chicharos Pan de Trigo integral Trocitos de piña Leche blanca 1%	30. Pavo de Jamón y queso en pan de trigo integral Ensalada verde Zanahorias pequeñas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	31. <i>Holiday</i> 	

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.

