





FPC Lunch Menu- June 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
		<p>1. WG Beef Enchilada Casserole ¾ c. Greenbeans ¼ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>2. WGBrd. Chicken Strips 3ea. Peas & Carrots ¼ c Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>3. Beef SalisburySteak1ea with gravy 1 oz Whl Wht Dinner Roll 1 ea. Corn ¼ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>6. Bk Chicken Drum. 1ea WW Bread 1 sl. Peas & Carrots ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>7. Beef Mtoaf w/grv 1ea. Deluxe Mashed Potatoes ¼ c. Whle Wht Dinner Roll 1 ea. Sliced Apple w/vit c 1ea 1% White Milk 6oz.</p>	<p>8. Hamburger on a WG Bun Cheese 1 sl. Potato Salad ¼ C. Orange (138ct) 1ea. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>9 Pepper Steak 1ea w/gravy Veg. Medley ¼ c. Whle Wheat Dinner Roll 1 ea. Applesauce ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>10. Turkey breast 6 sl. w/ chz on Whl Wht Brd 1 sl. Baby Carrots 1.6 oz Cantaloupe Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>13. 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>14. Chinese Chicken Stir Fry ¾ c. WG Brown Rice ½ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>15. Beef Patty 1ea On Whle Wht Bun 1 ea. Cheese 1 sl. Potato Salad ¼ C. Apricots ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>16 BBQ Chick Thigh 1ea Peas & Carrots ¼ c. Whle Wht Dinner Roll 1 ea. Orange (138ct) 1ea. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>17. WG Brd. Chicken Strips 3ea. Toss Sld w/carrot ¼ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>20.</p> 	<p>21. Chicken Meatballs 2ea. w/gravy 1 oz WG Brown Rice ½ c. Toss Salad ¼ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>22. Turkey Ham 6sl & Chz 1sl Whl Wht Bread 1 sl. Baby Carrots 1.6 oz Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>23. Bk Chicken Drum. 1ea Whle Wht Dinner Roll 1 ea. Broccoli ¼ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>24. Spaghetti w/ meat sauce ¾ c. Hi C Salad ¼ c. Cantaloupe Chunks ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>
<p>27. Build Your Own Burrito WG 6" Flour Tortilla 1ea. Seasoned Ground Beef ¼ c. Refried Beans 1/3 c. Shred. Cheese ½ oz. Cabbage and Cilantro ¼ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>28. Beef SalisburySteak1ea with gravy 1 oz Whle Wht Dinner Roll 1 ea. Corn ¼ c. Orange (138ct) 1ea. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>29. Italian Chick Thigh 1ea WW Bread 1 sl. Broccoli ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.</p>	<p>30. Mac & Cheese ¾ c. Veg. Medley ¼ c. Sliced Apple w/vitc 1ea 1% White Milk 6oz.</p>	

This institution is an equal opportunity provider.



Plants need clean water







Care for California



Put fresh on your plate

Día extended menú s – Junio 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1. Guisado de enchiladas de res GE Ejotes Pera en cubitos Leche blanca 1%	2. Tiras de pollo empanizado GE Zanahorias pequeñas Trocitos de piña Leche blanca 1%	3. Bistec Salisbury de res con salsa espesa Bolillo de trigo integral Melón dulce Leche blanca 1%
6. Pierna de pollo al horno Pan de Trigo integral Chicharos y Zanahorias Trocitos de piña Leche blanca 1%	7. Rollo de carne molida con salsa espesa Puré de papas Manzana en rodajas Leche blanca 1%	8. Hamburguesa de res en un bolillo con queso Ensalada de papa Naranja Leche blanca 1%	9. Bistec a al pimienta con salsa espesa Mezcla de verduras Bolillo de trigo integral Puré de Manzana Leche blanca 1%	10. Pechuga de pavo w/ chz on WW Brd 1 sl. Zanahorias pequeñas Trozos de melón Leche blanca 1%
13. Tortilla de harina Pollo empanizado queso y lechuga rallado Pera en cubitos Leche blanca 1%	14. Sofrito de pollo estilo chino Arroz GE Melón dulce Leche blanca 1%	15. Filete de res en un bolillo De trigo integral con Queso Ensalada de papa Chabacanos Leche blanca 1%	16. Muslo de pollo en salsa BBQ Chícharos y zanahorias. Bolillo de trigo integral Naranja Leche blanca 1%	17. Tiras de pollo empanizado GE Ensalada con zanahorias Fruta Tropical Leche blanca 1%.
20. 	21. Albóndigas con salsa espesa Arroz integral Ensalada con zanahorias Pera en cubitos Leche blanca 1%.	22. Boloña de Jamón y queso en pan de trigo integral Zanahorias pequeñas Trocitos de piña Leche blanca 1%	23. Pollo Pierna de pollo al horno Bolillo de trigo integral Brocoli Fruta Tropical Leche blanca 1%	24. Espaguetis con salsa de carne Ensalada C Trozos de melón Leche blanca 1%.
27. Tortillas GE Frijoles refitos y Queso rallado Repollo y cilantro Pera en cubitos Leche blanca 1%	28. Bistec Salisbury con salsa espesa Bolillo de trigo integral Elote Naranja Leche blanca 1%	29. Muslo de pollo italiana Pan de trigo integral Brocoli Trocitos de piña Leche blanca 1%	30. Lasaña de queso Mezcla de verduras Manzana en rodajas 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.

