

SEPTEMBER 2019

The Accelerated Schools K-5th Grade

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
No School Labor Day 2	Crunchy Tacos 3 Pinto Beans Spanish Rice Salsa & Sliced Cucumbers Apples Milk-1% or Fat Free	Hot Dog on WG Bun 4 Mac and Cheese Vegetarian Beans Carrot Sticks Bananas Milk -1% or Fat Free	Chicken Verde over Rice 5 w/ Corn Tortillas Black Beans & Corn Peaches Milk – 1% or Fat Free	Beef Tostada Bowl Salad 6 w/ Lettuce, Diced Tomatoes and a Dinner Roll Fruit Cups Milk – 1% or Fat Free
Corn Dogs 9 Celery Sticks Corn Apples Milk – 1% or Fat Free	Beef or Carnitas Nachos 10 Pinto Beans Salsa Plums Milk – 1% or Fat Free	Beef Hamburgers 11 Potato Tots Lettuce and Tomato Slices Fruit Cups Milk – 1% or Fat Free	Beef Teriyaki 12 Brown Rice Bread Stick Broccoli and Carrots Banana Milk – 1% or Fat Free	Veggie Lasagna 13 Dinner Roll Garden Salad Carrot Sticks Peaches Milk – 1% or Fat Free
Chicken Tenders 16 Mashed Potatoes Corn Plums Milk – 1% or Fat Free	Burritos 17 Cucumber and Jicama Sticks Black Bean Salad Fruit Cups Milk – 1% or Fat Free	Spaghetti 18 Dinner Roll Garden Salad Carrot Sticks Apples Milk – 1% or Fat Free	Roasted Chicken 19 WG Waffles Celery Sticks Vegetarian Beans Sliced Apple Cups Milk – 1% or Fat Free	Pepperoni Pizza 20 Broccoli Slaw Salad Carrot Sticks Fruit Cups Milk – 1% or Fat Free
3 Cheese Calzones 23 Garden Salad Carrot Sticks Apples Milk – 1% or Fat Free	Beef & Broccoli over Rice 24 Sliced Carrots & Bok Choy Dinner Roll Plums Milk – 1% or Fat Free	BBQ Chicken Drumstick 25 Mac and Cheese Bread Sticks Black Bean Salad & Corn Banana Milk – 1% or Fat Free	Meatball Subs 26 Potato Tots Vegetarian Beans Apples Milk 1% or Fat Free	Chicken Pozole 27 Tortilla Chips Cabbage, Radishes and Onions Fruit Cups Milk 1% or Fat Free
Chicken Patty Sandwich 30 Potato Wedges Cucumber & Jicama Sticks Apples Milk 1% or Fat Free				



Almuerzo

Septiembre del 2019
Escuelas Accelerated grados K-5th

lunes	martes	miercoles	jueves 5	viernes
No hay escuela Día del trabajo 2	Tacos crujientes 3 Frijoles pinto Arroz español Salsa y pepino en rodaja Manzanas Leche 1% o sin grasa	Hot dog en pan WG 4 Macaron con queso Frijoles vegetarianos Pedazos de zanahoria Banano Leche 1% o sin grasa	Pollo con salsa verde y tortillas de maíz 5 Frijoles negros y maíz Duraznos 1% o sin grasa	Tostada de Carne de res y 6 enzalada de lechuga, tomate partido pan Tasita de fruta partida Leche 1% o sin grasa
Corn dog 9 Pedazos de apio Maíz Manzanas Leche 1% o sin grasa	Nachos con carne de res o 10 carnitas Frijoles pintos Salsa Ciruela Leche 1% o sin grasa	Hamburguesa de carne de 11 res papitas tots lechuga y rodajas de tomate Tasita de fruta Leche 1% o sin grasa	Carne de Res en salsa 12 Teriyaki Arroz integral Pan Broccoli y zanahorias Banana Leche 1% o sin grasa	Lasagna de 13 Vegetales Pan Ensalada Pedazos de zanahoria Duraznos Leche 1% o sin grasa
Pedazos de 16 Pollo Papas machucadas Maíz Ciruelas Leche 1% o sin grasa	Burritos 17 Pedazos de Pepino y jicama Ensalada de frijol negro Tasita de fruta partida Leche 1% o sin grasa	Espaguetti 18 Pan Ensalada Pedazos de zanahoria Manzanas Leche 1% o sin grasa	Pollo 19 Rostizado WG Waffles Pedazos de apio Frijoles vegetarianos Tasitas de manzana partida Leche 1% o sin grasa	Pizza 20 Peperoni Ensalada de broccoli Pedazos de zanahoria Tasita de fruta partida Leche 1% o sin grasa
Empanada de 23 3 quesos Ensalada Pedazos de zanahoria Manzana Leche 1% o sin grasa	Arroz con 24 Carne y brocoli Pedazos de zanahoria y Bok Choy (espinaca china) Pan Ciruela Leche 1% o sin grasa	Pieza de pollo 25 Con salsa BBQ Macarón con queso Pan Ensalada de frijol negro y maíz Banano Leche 1% o sin grasa	Sandwiche de 26 Carne molida Papitas tots Frijoles vegetarianos Manzana Leche 1% o sin grasa	Pozole de 27 Pollo Chips de tortilla Repollo, rábano, cebolla Tasita de fruta partida Leche 1% o sin grasa
Sandwiche 30 De pollo Pedazos de pepino y jicama Manzanas Leche 1% o sin grasa				