

LUNCH MENU FOR CABRILLO, PT. DUME & WEBSTER

JUNE 2008

Menu is subject to change without notice

+++Contains Turkey

***Contains Beef

Here we are at the end of another school year!! **PLEASE NOTE:** If your child participates in the Free and Reduced Price Meal Program his/her application for the 2007/08 school year will expire **October 15, 2008**. You will be receiving a 2008/09 application in the US mail some time in August. Please complete and return this application by **October 3, 2008**, or sooner. If you do not receive an application in the mail, you can pick one up at the Food & Nutrition Services Office at 1651 16th Street or call (310) 450-8338, ext. 228 to have an application mailed to your home. All school sites will have applications available at the end of August when the office staff returns to work. **It is imperative that you return this application prior to October 15, 2008**, because it may take up to ten (10) days to process an application.

Have a wonderful summer.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Weekly Nutritional Analysis	
<p><u>June 2</u></p> <p>CHICKEN NUGGETS</p>	<p><u>June 3</u></p> <p>+++HOT DOG ON WHOLE WHEAT BUN STRAWBERRY MILK</p>	<p><u>June 4</u></p> <p>"BRUNCH FOR LUNCH" FRENCH TOAST STICKS w/***SAUSAGE PATTY HASH BROWNS FRUIT</p>	<p><u>June 5</u></p> <p>SALAD BAR w/BAKED CHICKEN STRAWBERRY MILK</p>	<p><u>June 6</u></p> <p>CHEESE PIZZA</p>	<p><u>Average</u></p> <p>Calories 698 Cholesterol 74 Mg Calcium 509 Mg Vit. A 4926 IU Vit. C 29 Mg</p> <p>Total Fat 29% Sat. Fat 9%</p>	<p><u>RDA</u></p> <p>644 100 267 1055 15</p> <p><30%> <10%></p>
<p><u>June 9</u></p> <p>***BEEF RIB SANDWICH ON WHOLE WHEAT STRAWBERRY MILK</p>	<p><u>June 10</u></p> <p>ORANGE CHICKEN w/RICE FORTUNE COOKIE</p>	<p><u>June 11</u></p> <p>***CHEESEBURGER ON WHOLE WHEAT BUN w/CRINKLE FRIES</p>	<p><u>June 12</u></p> <p>SALAD BAR w/BAKED CHICKEN STRIPS STRAWBERRY MILK</p>	<p><u>June 13</u></p> <p>CHEESE PIZZA ICEE JUICEE</p> <p>LAST DAY FOR FARMERS' MARKET SALAD BAR</p>	<p><u>Average</u></p> <p>Calories 652 Cholesterol 63 Mg Calcium 661 Mg Vit. A 1341 IU Vit. C 38 Mg</p> <p>Total Fat 25% Sat. Fat 10%</p>	<p><u>RDA</u></p> <p>644 100 267 1055 15</p> <p><30%> <10%></p>
<p><u>June 16</u></p> <p>CHICKEN PATTY SANDWICH ON WHOLE WHEAT BUN</p>	<p><u>June 17</u></p> <p>+++CORN DOG STRAWBERRY MILK</p>	<p><u>June 18</u></p> <p>"BRUNCH FOR LUNCH" WAFFLE STICKS w/***SAUSAGE PATTY TATER TOTS FRUIT</p>	<p><u>June 19</u></p> <p>MANAGER'S CHOICE</p> <p>MENU WILL BE POSTED IN THE CAFETERIA</p>	<p><u>June 20</u></p> <p>MANAGER'S CHOICE</p> <p>MENU WILL BE POSTED IN THE CAFETERIA</p>	<p><u>Average</u></p> <p>Calories 715 Cholesterol 65 Mg Calcium 402 Mg Vit. A 4139 IU Vit. C 37 Mg</p> <p>Total Fat 28% Sat. Fat 8%</p>	<p><u>RDA</u></p> <p>644 100 267 1055 15</p> <p><30%> <10%></p>

THIS INSTITUTION IS AN EQUAL OPPORTUNITY PROVIDER

Check our website throughout the summer for new meal applications, menus and other important and exciting news from Food & Nutrition Services



LUNCH MENU FOR CABRILLO, PT. DUME & WEBSTER

JUNIO 2008

El menu se cambiara sin noticia

+++Carne de Pavo

***Carne de Res

Estamos al fin de otro año escolar. **NOTEN POR FAVOR:** Si su hijo o hija ha participado en la Programa de Comidas Gratis o Reducidos, la solicitud de el año escolar 2007/08 se vencera el 15 de octubre 2008. Reciberan por coreo la solicitud para el año escolar 2008/09 en Agosto. Haga el favor de llenar y regresar esta solicitud el dia 3 de octubre o antes. Si usted no recibe esta solicitud se puede conseguir una en la Oficiana de Alimentos y Nutricion, 1651 Calle 16, o pueden llamar a (310) 450-8338, ext. 228. Tambien se puede conseguir una solicitud en las escuelas despues del 24 de Agosto. **Es imperativo que regresen esta solicitud antes del 15 de Octubre 2008.**

Gracias y que tengan un feliz verano.

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Analisis Nutritivo Semenal del Almuerzo	
<u>2 de junio</u> PIEZAS DE POLLO	<u>3 de junio</u> +++PERRO CALIENTE EN PAN DE TRIGO LECHE DE FRESA	<u>4 de junio</u> DESAYUNO PARA ALMUERZO PIEZAS DE WAFFLE CON ***SALCHICHA PAPAS FRUTA	<u>5 de junio</u> BARRA DE ENSALADA CON POLLO HORNEADO LECHE DE FRESA	<u>6 de junio</u> PIZZA DE QUESO	<u>En General</u> Calorias 698 Colesterol 74 Mg Calcio 509 Mg Vit. A 4926 IU Vit. C 29 Mg Grasa Total 29% Grasa Saturada 9%	<u>RDA</u> 644 100 267 1055 15 <30%> <10%>
<u>9 de junio</u> ***SANDWICH DE COSTILLAS EN PAN DE TRIGO LECHE DE FRESA	<u>10 de junio</u> POLLO DE NARANJA CON ARROZ GALLETA DE FORTUNA	<u>11 de junio</u> HAMBURGUESA CON QUESO EN PAN DE TRIGO CON PAPAS FRITAS	<u>12 de junio</u> BARRA DE ENSALADA CON PIEZAS DE POLLO LECHE DE FRESA	<u>13 de junio</u> PIZZA DE QUESO JUGO HELADO ULTIMO DIA DE BARRA DE ENSALADA	<u>En General</u> Calorias 652 Colesterol 63 Mg Calcio 661 Mg Vit. A 1341 IU Vit. C 38 Mg Grasa Total 25% Grasa Saturada 10%	<u>RDA</u> 644 100 267 1055 15 <30%> <10%>
<u>16 de junio</u> SANDWICH DE POLLO EN PAN DE TRIGO	<u>17 de junio</u> +++PERRO CALIENTE LECHE DE FRESA	<u>18 de junio</u> DESAYUNO PARA ALMUERZO PIEZAS DE WAFFLE ***SALCHICHA PAPAS FRUTA	<u>19 de junio</u> OPCION DEL GERENTE DE LA CAFETERIA	<u>20 de junio</u> OPCION DEL GERENTE DE LA CAFETERIA	<u>En General</u> Calorias 715 Colesterol 65 Mg Calcio 402 Mg Vit. A 4139 IU Vit. C 37 Mg Grasa Total 28% Grasa Saturada 8%	<u>RDA</u> 644 100 267 1055 15 <30%> <10%>

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR IGUAL DE LA OPORTUNIDAD

VISITEN NUESTRO WEBSITE, www.smmusd.org, DURANTE EL VERANO PARA MENUS, LA SOLICITUD DE COMIDAS, Y OTRA NOTICIAS IMPORTANTE.

