


October 2019

ELEMENTARY

Modesto City Schools



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	
<p>Breakfast and lunch are served at no charge to all MCS K-6 students. 1/2 pint milk served with each meal. Extra milk is \$.50. See www.mcsnutrition.org for nutrition information.</p>			<p><i>Energy Island has a variety of fruits and vegetables available with ranch dressing for dipping.</i></p>		
	<p>1 Whole Grain Turkey Sausage Breakfast Square Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Chicken Nuggets w/ BBQ Sauce w/ Whole Grain Dinner Roll Baby Carrots w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>2 Whole Grain Chocolate Muffin Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Spaghetti w/ Beef Sauce w/ Whole Grain Garlic Bread Savory Green Beans Assorted Fresh Fruit</p>	<p>3 Chicken Sausage on a Whole Grain Breakfast Roll Assorted Fresh Fruit Orange Juice</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Chicken Soft Taco Cheese, Lettuce, Red Salsa Energy Island</p>	<p>4 Whole Grain Apple Cinnamon Square Emoji Potatoes w/ Ketchup Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Pepperoni Pizza Energy Island</p>	
	<p>7 Whole Grain French Toast Sticks Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Bean & Cheese Burrito w/ Taco Sauce Corn Niblets Assorted Fresh Fruit</p>	<p>8 Whole Grain Turkey Sausage Breakfast Square Assorted Fresh Fruit Orange Juice</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Turkey Hot Dog w/ Ketchup & Mustard Potato Wedges Assorted Fresh Fruit</p>	<p>9 Whole Grain Oatmeal Chocolate Chip Muffin Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Orange Chicken w/ Whole Grain Vegetable Rice Broccoli Florets w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>10 Whole Grain Soft Filled Cinnamon Bar Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Beef Tostada Bowl w/ Cheese, Lettuce, Red Salsa Energy Island</p>	<p>11 Whole Grain Pumpkin Square Emoji Potatoes w/ Ketchup Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Stuffed Crust Pepperoni Pizza Energy Island</p>
		<p>15 Whole Grain Turkey Sausage Breakfast Square Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Cheeseburger w/ Ketchup & Mustard Baby Carrots w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>16 Whole Grain Chocolate Muffin Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Mini Chicken Corn Dogs Broccoli Florets w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>17 Chicken Sausage on a Whole Grain Breakfast Roll Assorted Fresh Fruit Orange Juice</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Chicken Fajita w/ Bell Peppers Cheese, Lettuce, Red Salsa Energy Island</p>	<p>18 Whole Grain Apple Cinnamon Square Emoji Potatoes w/ Ketchup Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Pepperoni Pizza Energy Island</p>
<p>21 Whole Grain Confetti Pancakes Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Grilled Cheese Sandwich Broccoli Florets w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>22 Whole Grain Turkey Sausage Breakfast Square Assorted Fresh Fruit Orange Juice</p> <p>****</p> <p>WG Grilled Chicken Sandwich w/ BBQ Sauce Potato Wedges w/ Ketchup Assorted Fresh Fruit</p>	<p>23 Whole Grain Oatmeal Chocolate Chip Muffin Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Chicken & Gravy w/ Mashed Potatoes, Dinner Roll Celery Sticks w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>24 Whole Grain Soft Filled Cinnamon Bar Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Macho Nachos w/ Cheese, Lettuce, Red Salsa Energy Island</p>	<p>25 Whole Grain Pumpkin Square Emoji Potatoes w/ Ketchup Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Stuffed Crust Pepperoni Pizza Energy Island</p>	
<p>28 Whole Grain Pancakes w/ Cinnamon Glaze Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Cheesy Breadsticks w/ Marinara Sauce Broccoli Florets w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>29 Whole Grain Turkey Sausage Breakfast Square Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Chicken Nuggets w/ BBQ Sauce w/ Whole Grain Dinner Roll Baby Carrots w/ Ranch Dressing Assorted Fresh Fruit</p>	<p>30 Whole Grain Chocolate Muffin Assorted Fresh Fruit</p> <p>****</p> <p>Spaghetti w/ Beef Sauce w/ Whole Grain Garlic Bread Mixed Green Salad Assorted Fresh Fruit</p>	<p>31 Chicken Sausage on a Whole Grain Breakfast Roll Assorted Fresh Fruit Orange Juice</p> <p>****</p> <p>Whole Grain Chicken Soft Taco Cheese, Lettuce, Red Salsa Energy Island</p>		



Octubre 2019

PRIMARIA

Distrito Escolar de Modesto

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
<p><i>El desayuno y almuerzo son servidos sin costo para todos los estudiantes de MCS K-6. 1/2 pinta de leche es servida con cada comida. Una leche adicional tiene un costo de \$.50. Consulte la página web www.mcsnutrition.org para obtener información sobre la nutrición.</i></p>			<p><i>La Ensalada Energética tiene una variedad de frutas y verduras acompañada con aderezo ranchero</i></p>		
	<p>1 Desayuno Cuadrado de Salchicha de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Nuggets de Pollo Empanizado c/ Pan de Cena de Trigo Entero, Salsa de Barbacoa, Zanahorias c/ Aderezo Ranchero, Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>2 Panquecito de Chocolate de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Espagueti con Salsa de Carne c/ Pan de Ajo de Trigo Entero Ejotes Verdes Sabrosos Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>3 Salchicha de Pollo en Bollo para Desayuno de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca Jugo de Naranja</p> <p>****</p> <p>Taco Suave de Pollo de Trigo Entero Queso, Lechuga, Salsa Roja Ensalada Energética</p>	<p>4 Panque Cuadrado de Manzana y Canela de Trigo Entero Papas Emoji con Cátsup Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pizza de Pepperoni de Trigo Entero Ensalada Energética</p>	
	<p>7 Palitos de Pan Frances Tostados de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Burrito de Frijoles & Queso de Trigo Entero c/ Salsa Taco Elote Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>8 Desayuno Cuadrado de Salchicha de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca Jugo de Naranja</p> <p>****</p> <p>Perrito Caliente de Salchicha de Pavo de Trigo Entero c/Cátsup y Mostaza Rebanada de Papas Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>9 Panquecito de Avena con chispas de Chocolate de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pollo a la Naranja con Arroz con Vegetales de Trigo Entero Brócoli c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>10 Barra Suave Rellena de Canela de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Tazón Tostado de Carne de Res Trigo Entero c/Queso, Lechuga, Salsa Roja Ensalada Energética</p>	<p>11 Panquecito Cuadrado de Calabaza de Trigo Entero Papas Emoji con Cátsup Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pizza de Pepperoni con la Corteza Rellena de Trigo Entero Ensalada Energética</p>
	<p>14</p> 	<p>15 Desayuno Cuadrado de Salchicha de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Hamburguesa con Queso de Trigo Entero c/ Cátsup & Mostaza Zanahorias c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>16 Panquecito de Chocolate de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Mini Banderillas de Trigo Entero c/Cátsup & Mostaza Brócoli c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>17 Salchicha de Pollo en Bollo para Desayuno de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca Jugo de Naranja</p> <p>****</p> <p>Fajitas de Pollo de Trigo Entero c/ Chile Morrón Queso, Lechuga, Salsa Roja Ensalada Energética</p>	<p>18 Panque Cuadrado de Manzana y Canela de Trigo Entero Papas Emoji con Cátsup Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pizza de Pepperoni de Trigo Entero Ensalada Energética</p>
	<p>21 Panqueques Confeti de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Sándwich de Queso Asado de Trigo Entero Brócoli c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>22 Desayuno Cuadrado de Salchicha de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca Jugo de Naranja</p> <p>****</p> <p>Sándwich de Pollo Asado de Trigo Entero, c/ Salsa de Barbacoa Rebanada de Papas c/Cátsup Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>23 Panquecito de Avena con chispas de Chocolate de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pollo en su Jugo con Puré de Papas Pan de Cena de Trigo Entero Palitos de Apio c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>24 Barra Suave Rellena de Canela de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Macho Nachos Trigo Entero c/ Queso, Lechuga, Salsa Roja Ensalada Energética</p>	<p>25 Panquecito Cuadrado de Calabaza de Trigo Entero Papas Emoji con Cátsup Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Pizza de Pepperoni con la Corteza Rellena de Trigo Entero Ensalada Energética</p>
<p>28 Panqueques Glaseados de Canela de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Palitos de Pan Relleno con Queso c/ Salsa Marinada Brócoli c/ Aderezo Ranchero Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>29 Desayuno Cuadrado de Salchicha de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Nuggets de Pollo Empanizado c/ Pan de Cena de Trigo Entero, Salsa de Barbacoa, Zanahorias c/ Aderezo Ranchero, Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>30 Panquecito de Chocolate de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca</p> <p>****</p> <p>Espagueti con Salsa de Carne c/ Pan de Ajo de Trigo Entero Ensalada Mixta Verde c/ Aderezo Ranchero, Variedad de Fruta Fresca</p>	<p>31 Salchicha de Pollo en Bollo para Desayuno de Trigo Entero Variedad de Fruta Fresca Jugo de Naranja</p> <p>****</p> <p>Taco Suave de Pollo de Trigo Entero Queso, Lechuga, Salsa Roja Ensalada Energética</p>	