

LE MARS COMMUNITY SCHOOL

SEPTEMBER 2022

THIS INSTITUTION IS AN EQUAL OPPORTUNITY PROVIDER

LUNCH



School Information: Calorías K-5 (550-650) 6-8 (600-700)
9-12 (750-850)

COSTO DE ESTUDIANTE K-12 \$ 2.60

COSTO DE ADULTO \$ 4.13

MENU ES SUJEO A CAMBIO SIN PREVIO AVISO



September is Whole Grains Month! Aim to make at least half your grains whole grains. Look for the words "100% whole grain" or "100% whole wheat" on the food label. Whole grains provide more nutrients, like fiber, than refined grains.



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY



Labor Day

5

POLLO DE SANDWICH
ZANAHORIA / DIP
CHICHAROS
PINA
LECHE

6

TACO CON CERDO
LECHUGA
FRIJOLES FRITOS
FRUTA MIXTA
LECHE

7

HAMBURGUESA DE POLLO
ZANAHORIAS
PLATANO
LECHUGA
LECHE

1

PANECILLOS DE QUESO
SALSA MARINADA
PURE DE PAPA/MANTEQUILLA
EJOTES / MANZANA
LECHE

2

SOPA DE POLLO
GALLETA SALADA
ZANAHORIAS
MANDARINA NARANJA
LECHE

8

HAMBURGUESA
CHIPS
LECHUGA
APIO / MANZANA
LECHE

9

TIRAS DE POLLO
FRIJOLES HORNEADOS
CHIPS/ SALAD/ DRESSIN
PEACHES
LECHE

12

NACHOS DE CARNE
LECHUGA / CHEDDAR
TOMATE/SALSA/ZANAHORIA
PERAS
LECHE

13

PASTA CON CARNE
PANECILLO
LECHUGA/ZANAHORIA/DIP
PINA
LECHE

14

CORNDOG
PAPAS
ENSALADA DE COL
PLATANO
LECHE

15

TACO DE POLLO
LECHUGA
TOMATES
NARANJAS
LECHE

16

SLOOPY JOE/ PAN
ENSALADA
ELOTE
PINA
LECHE

19

POLLO A LA NARANJA
ARROZ
BROCCOLI Y COLIFLOR
DURAZNOS
LECHE

20

RAVIOLI DE QUESO
PANECILLO
ZANAHORIAS
PERAS
LECHE

21

CARNE CON PAPAS/WRAP
FRIJOLES FRITOS
SALSA
MANDARINA NARANJA
LECHE

22

ALBONDIGAS CON GRAVY
PURE DE PAPA
PANECILLO
ZANAHORIA/CHIPS
SIDEKICK
LECHE

23

PANCAKES/SAUSAGE
PAPAS
ZANAHORIAS/DIP
PURE DE MANZANA
LECHE

26

PERRO CALIENTE
ENSALADA DE COL
FRIJOLES HORNEADOS
MANDARIN ORANGES
LECHE

27

CHILLI
ROL DE CANELA
ELOTE
DURAZNOS
LECHE

28

QUESADILLA
ENSALADA DE LECHUGA
BROCOLI
PLATANOS
LECHE

29

POPCORN DE POLLO
CHIPS
ZANAHORIAS
NARANJAS
LECHE

30