

April 2021 - Breakfast, Lunch & Supper Menu

Ontario-Montclair School District - Food & Nutrition Services

Below is a sample menu of how to use the items provided.



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Dark Green Starchy Other Red/Orange Legumes	B: Breakfast L: Lunch S: Supper 	  Strawberries	1 No Meal Service	Weekend Meals 2 English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Pineapple, Milk 1 Slice Pepperoni Pizza** 1/2 Cup Bell Pepper, 1/2 Cup Pineapple Milk, Cookie 1 Slice Pepperoni Pizza**, Milk 1/2 Cup Bell Pepper, 1/2 Cup Pineapple	3 English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Pineapple, Milk 1 Slice Pepperoni Pizza** 1/2 Cup Bell Pepper Milk, 1/2 Cup Pineapple 1 Slice Pepperoni Pizza**, Milk 1/2 Cup Bell Pepper, 1/2 Cup Pineapple	4 English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Pineapple, Milk 1 Slice Pepperoni Pizza** 1/2 Cup Bell Pepper Milk, 1/2 Cup Pineapple 1 Slice Pepperoni Pizza**, Milk 1/2 Cup Bell Pepper, 1/2 Cup Pineapple
5 English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Pineapple, Milk 1 Slice Pepperoni Pizza** 1/2 Cup Bell Pepper Milk, 1/2 Cup Pineapple 1 Slice Pepperoni Pizza** 1/2 Cup Bell Pepper Milk, 1/2 Cup Pineapple	6 Mini Muffin, Milk w/Strawberry Banana Smoothie PB&J Sandwiches 1/2 Apple, 1/2 Cup Celery Milk Beef Mini Cheeseburgers 1/2 Apple, 1/2 Cup Celery Milk	7 Mini Muffin w/Yogurt 1/2 Apple, Milk PB&J Sandwiches 1/2 Apple, 1/2 Cup Celery Milk Beef Mini Cheeseburgers 1/2 Cup Assorted Fruit 1/2 Cup Celery, Milk	8 Mini Muffin w/Yogurt 1/2 Apple, Milk PB&J Sandwiches 1/2 Apple, 1/2 Cup Celery Milk Beef Mini Cheeseburgers 1/2 Cup Assorted Fruit 1/2 Cup Celery, Milk	9 Weekend Meals Cereal w/String Cheese 1/2 Cup Strawberries Chef's Choice Entrée 1/2 Cup Carrots, Milk 1/2 Cup Strawberries Chef's Choice Entrée 1/2 Cup Carrots Raisins, Milk	10 Cereal w/String Cheese 4oz Apple Juice Milk Chef's Choice Entrée 1/2 Cup Carrots, Milk 1/2 Cup Strawberries	11 Cereal w/String Cheese 4oz Apple Juice Milk Chef's Choice Entrée 1/2 Cup Carrots, Milk 1/2 Cup Strawberries
12 Lemon Bread, Milk 4oz Apple Juice Chicken Corn Dog 1/2 Cup Carrots, Milk 1/2 Cup Strawberries Chicken Corn Dog 1/2 Cup Carrots, Milk 1/2 Cup Strawberries	13 A-Z Bread Combo Breakfast Tray 1/2 Apple, Milk Turkey Taco Nada 1/2 Apple, Roasted Chickpeas Milk Galaxy Pepperoni Pizzas** 1/2 Cup Diced Peaches Baby Carrots, Milk	14 Maple Snack'n Waffle 1/2 Apple, Milk Turkey Taco Nada 1/2 Apple, Roasted Chickpeas Milk Galaxy Pepperoni Pizzas** 1/2 Cup Diced Peaches Baby Carrots, Milk	15 French Toast Sticks 1/2 Apple, Milk Crackers w/8oz Yogurt Milk, 1/2 Apple, Roasted Chickpeas Galaxy Pepperoni Pizzas** Crackers w/8oz Yogurt 1/2 Cup Diced Peaches Baby Carrots, Milk	16 Weekend Meals English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Strawberries, Milk Macaroni & Cheese 1/2 Cup Strawberries 1/2 Cup Celery, Milk Macaroni & Cheese Raisins, 1/2 Cup Celery Brownie Bite, Milk	17 English Muffin w/Hard Boiled Egg Raisins, Milk Macaroni & Cheese 1/2 Cup Celery 1/2 Cup Strawberries Milk	18 English Muffin w/Hard Boiled Egg 1/2 Cup Strawberries Milk Macaroni & Cheese 1/2 Cup Celery 1/2 Cup Strawberries Milk
19 B: Mini Muffin w/Strawberry Banana Smoothie 2 - Chicken Drumsticks 2 - Dinner Roll Broccoli Bites Baby Carrots Celery Sticks, 1 Cup Mixed Fruit 14oz 2% White Milk	20 B: Mini Maple Pancakes 2 - Beef Hot Dogs 2 - Hot Dog Buns Grape Tomatoes 1 Cup Garbanzo Beans 1 Cup Diced Pears Berry Juice 14oz 1% Choc Milk	21 B: Strawberry Yogurt Parfait L: Pick Up Stix House Chicken w/Rice S: Beef Mini Cheeseburgers 1 Whole Cucumber 1 - Apple 14oz 2% White Milk	22 B: Egg & Cheese Breakfast Taco 2 - PB&J Sandwiches 1 Whole Jicama 1 Cup Diced Peaches Apple Juice 14oz 1% Choc Milk	23 Mini Cream Cheese Strawberry Bagels 2 - Bean & Cheese Burritos Sugar Snap Peas 1 Cup Green Beans Orange Juice 2 - Fresh Pears 14oz 2% White Milk	24 Weekend Meals - Thurs. Distribution at Middle Schools Cereal w/String Cheese 1/2 Cup Strawberries, Milk 5 Pieces - Chicken Bites w/Crackers 1/2 Cup Tater Tots 1/2 Cup Strawberries Milk	25 Cereal w/String Cheese 1/2 Cup Strawberries, Milk 5 Pieces - Chicken Bites w/Crackers 1/2 Cup Tater Tots 1/2 Cup Strawberries Milk
26 B: Lemon Bread 2- Chicken Corn Dogs Broccoli Bites Baby Carrots Celery Sticks 1 Cup Mixed Fruit Strawberry Cup 14oz 2% White Milk	27 B: Maple Snack'n Waffle 2 - Turkey Taco Nadas 1 Cup Green Beans Carrot & Celery Combo 1 - Fresh Apple Berry Juice 14oz 1% Choc Milk	28 B: Banana Choc Chip Bread w/Hash Browns & Eggstravaganza* 2-Turkey & Cheese Deli Sandwich 1 - Baked Chips 1 Cup Bean Salad Grape Tomatoes 1 Cup Diced Pears, Grape Escapes 14oz 2% White Milk	29 B: French Toast Sticks 10 Pieces - Chicken Bites 2- Crackers 3/4 Cup Tater Tots Broccoli & Carrot Mix 1 Cup Flavored Applesauce Orange Juice 14oz 1% Choc Milk	30 B: Banana Chocolate Chip Bar 2-French Bread Pepperoni Pizzas* 1 Whole Jicama 1 Cup Mandarin Oranges Frozen Watermelon Juice Cup 14oz 2% White Milk	1-May Weekend Meals - Thurs. Distribution at Middle Schools Egg, Cheese & Beef Chorizo Burritos 1/2 Cup Mango, Milk 3 - Chicken Strips w/Crackers 1/2 Cup Mango 1/2 Cup Bell Pepper Milk	2-May Egg, Cheese & Beef Chorizo Burritos 1/2 Cup Mango, Milk 3 - Chicken Strips w/Crackers 1/2 Cup Mango 1/2 Cup Bell Pepper Milk

* Item contains pork ** Turkey & Beef Pepperoni

Abril 2021 - Menú de desayuno, almuerzo y cena

Servicios de Alimentos y Nutrición - Distrito Escolar Ontario-Montclair

A continuación se encuentra el menú de muestra de como se proporcionan los alimentos.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
B: Desayuno L: Almuerzo S: Cena			No servicio de comida	1	Comidas de fin de semana 2	3	4
Verde oscuro							
Almidones							
Otro							
Rojo/Anaranjado							
Legumbres							
5	6	7	8	Comidas de fin de semana 9	10	11	
English Muffin con Huevos duros 1/2 taza de piña, leche Pizza de pepperoni** Leche 1/2 taza de pimientos enteros 1/2 taza de piña Pizza de pepperoni**, leche 1/2 taza de pimientos enteros, piña	Mini molletes Batidos de fresa y banana Sándwiches de MmyJ, leche 1/2 manzana, 1/2 taza de apio Mini hamburguesas de carne de res con queso 1/2 manzana 1/2 taza de apio, leche	Mini molletes, leche con yogur y 1/2 manzana Sándwiches de MmyJ, leche 1/2 manzana, 1/2 taza de apio Mini hamburguesas de carne de res con queso 1/2 taza de frutas surtida 1/2 taza de apio, leche	Mini molletes, leche con yogur y 1/2 manzana Sándwiches de MmyJ, leche 1/2 manzana, 1/2 taza de apio Mini hamburguesas de carne de res con queso 1/2 taza de frutas surtida 1/2 taza de apio, leche	Cereales con tira de queso 1/2 taza de fresas, leche Comida a elección del chef 1/2 taza de fresas, leche 1/2 taza de zanahorias Comida a elección del chef 1/2 taza de zanahorias Pasillas, Leche	Cereales con tira de queso 4oz juego de manzana, leche Comida a elección del chef 1/2 taza de fresas, leche 1/2 taza de zanahorias	Cereales con tira de queso 4oz juego de manzana, leche Comida a elección del chef 1/2 taza de fresas, leche 1/2 taza de zanahorias	
12	13	14	15	Comidas para fin de semana 16	17	18	
Pan de limón 4oz juego de manzana, leche Hot dog de pollo empanizado 1/2 taza de zanahorias, leche 1/2 taza de fresas Hot dog de pollo empanizado 1/2 taza de zanahorias, leche 1/2 taza de fresas	Pan A-Z con papas y huevos Extravaganza* 1/2 manzana, leche Tacos de pavo Nadas, leche 1/2 manzana, garbanzos Pizzas de pepperoni Galaxy** 1/2 taza de duraznos 1/2 taza de zanahorias, leche	Gofre con miel 1/2 manzana, leche Tacos de pavo Nadas, leche 1/2 manzana, garbanzos Pizzas de pepperoni Galaxy** 1/2 taza de duraznos 1/2 taza de zanahorias Leche	Tiras de tostada francesa 1/2 manzana, leche Galletas con yogur 1/2 manzana, garbanzos Leche Galletas con yogur 1/2 taza de duraznos 1/2 taza de zanahorias, leche	English Muffin con Huevos duros 1/2 taza de fresas, leche Macarrones con queso 1/2 taza de fresas, leche 1/2 taza apio Macarrones con queso Pasillas, leche 1/2 taza apio, Bocadoito Brownie	English Muffin con Huevos duros Pasillas, leche Macarrones con queso 1/2 taza apio 1/2 taza de fresas, leche	English Muffin con Huevos duros 1/2 taza de fresas, leche Macarrones con queso 1/2 taza apio 1/2 taza de fresas, leche	
19	20	21	22	23	24	25	
B: Mini Mollete con batido de fresa y banana 2 - Muslos de pollo 2 - Pan para cenar Bocaditos de brócoli Zanahorias pequeñas Tallos de apio, 1 Taza de fruta surtida Leche baja en grasa	B: Mini panqueques con miel 2 - Hot Dogs de carne de res 2 - Pan de Hot Dog Tomatitos 1 Taza de garbanzos 1 Taza de trocitos de pera Jugo de bayas Leche con chocolate baja en grasa	B: Yogur con resa y nueces L: Pick Up Stix Pollo con arroz de la casa S: Mini hamburguesas de res con queso 1 Pepino entero 1 - Manzana Leche baja en grasa	B: Taco de huevo y queso de desayuno 2 - Sándwiches de MmyJ 1 Jicama entera 1 Taza de trocitos de duraznos Jugo de manzana Leche con chocolate baja en grasa	B: Mini bagels con queso crema y jalea 2 - Burritos de frijoles y queso Guisantes (Sugar Snap Peas) 1 Taza de ejotes Jugo de naranja 2 - Peras frescas Leche baja en grasa	Comidas de fin de semana Cereales con tira de queso 1/2 taza de fresas, leche 5 Pedazos -Bocaditos de pollo con galletas 1/2 Taza de papas (Tater Tots) 1/2 taza de fresas, leche	Cereales con tira de queso 1/2 taza de fresas, leche 5 Pedazos -Bocaditos de pollo con galletas 1/2 Taza de papas (Tater Tots) 1/2 taza de fresas, leche	
26	27	28	29	30	Comidas de fin de semana 1-May	2-May	
B: Pan de limón 2- Salchicha de pollo empanizada Trocitos de brócoli Zanahorias pequeñas Tiras de apio, Vaso de fresas 1 Taza de fruta surtida Leche baja en grasa	B: Gofres con miel 2 - Taco de pavo Nadas 1 Taza de ejotes Combinación de zanahoria y apio 1 - Manzana fresca Jugo de bayas Leche con chocolate baja en grasa	B: Pan de trocitos de chocolate y banana c papas y huevo extravaganza* 2-Sándwich de pavo y queso estilo Deli 1 - Papitas horneadas 1 Taza de ensalada de frijoles Tomatitos, Uvas empaquetadas 1 Taza de trocitos de peras Leche baja en grasa	B: Tiras de pan francés 10 Pedazos - bocaditos de pollo 2- Galletas 3/4 Taza de papas (Tater Tots) Mezcla de brócoli y zanahoria 1 Taza de puré de manzana con sabor Jugo de naranja Leche con chocolate baja en grasa	B: Barra de trocitos de chocolate y banana 2-Pizzas de pepperoni de pan francés* 1 Jicama entera 1 Taza de naranja mandarinas Vaso de jugo de sandía congelado Leche baja en grasa	Comidas de fin de semana 1-May Burritos de huevo, queso y chorizo de carne de res 1/2 taza de Mangos, leche 3 Pedazos - tira de pollo con galletas 1/2 taza de Mangos 1/2 taza de Pimientos Leche	2-May Burritos de huevo, queso y chorizo de carne de res 1/2 taza de Mangos, leche 3 Pedazos - tira de pollo con galletas 1/2 taza de Mangos 1/2 taza de Pimientos Leche	

*Puede contener carne de puerco
**pavo y pepperoni de res

"El Distrito Escolar es un empleador y proveedor de igualdad de oportunidades"

El menú puede cambiar.