



2024年7月份



富含维生素A, 维生素C的餐食, 配以8盎司的1%低脂牛奶

周一		周二		周三		周四		周五		周六			
厨师精选		拉丁风味		特别风味		亚洲风味		海鲜风味		午餐供应 12: 30p-1:30p			
1		2		3		4		5		6			
肉类	日式烤牛肉	鸡肉塔马利饼	火鸡肉饼	七月四日	金枪鱼砂锅	烤牛肉三明治	蔬菜	豆类	黑豆	羽衣甘蓝菜	生菜&番茄		
蔬菜	蔬菜色拉	辣椒&洋葱	黑豆	无活动	田园色拉	田园色拉	水果	水果	水果	水果	水果		
面包	玉米面包	饼	糙米饭、白米饭	无餐食	全麦意大利面条	全麦面包	食物袋	(94132, 94127, 94112) 11a-1pm派发		新鲜水果	其他邮区 1p之后有剩余才派发		
8		9		10		11		12		13			
肉类	索尔斯伯利牛肉饼	鸡肉玉米粉饼	牛肉通心粉	烤鸡肉	虾	鸡肉色拉	蔬菜	土豆	豆类	混合蔬菜	豌豆&胡萝卜	甘蓝菜	生菜&番茄
蔬菜	豆类色拉	菠菜/番茄	蔬菜色拉	凉拌卷心菜	蔬菜色拉	凉拌卷心菜	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
面包	全麦面包	玉米饼	全麦通心粉	炒面	意大利面条	迷你全麦面包	食物袋	(94132, 94127, 94112) 11a-1pm派发		乳制品/谷物	其他邮区 1p之后有剩余才派发		
15		16		17		18		19		20			
肉类	牛肉片	鸡肉粉饼	烧牛肉	鸡肉炒饭	烤鱼	火鸡肉火腿	蔬菜	土豆泥	豆泥	芦笋	西兰花	红薯	生菜/番茄
蔬菜	胡萝卜&葡萄干色拉	凉拌卷心菜	煮土豆	番茄色拉	豆类	土豆色拉	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
面包	全麦面包	玉米粉饼	玉米面包	米饭	全麦面包	全麦面包	食物袋	(94132, 94127, 94112) 11a-1pm派发		新鲜蔬菜	其他邮区 1p之后有剩余才派发		
22		23		24		25		26		27			
肉类	烤鸡肉	火鸡肉薄饼 (两片)	意大利面条	牛肉片	黑巴沙鱼	金枪鱼色拉	蔬菜	菠菜	黑豆	芥末蔬菜	混合时蔬	黑豆	生菜/番茄
蔬菜	凉拌卷心菜	蔬菜色拉	腌制蔬菜色拉	黄瓜番茄色拉	羽衣甘蓝菜	黄瓜色拉	水果	水果	水果	水果	水果	水果	水果
面包	糙米饭	菠菜饭	玉米面包	面条	糙米饭	饼干	食物袋	(94132, 94127, 94112) 11a-1pm派发		蛋白质	其他邮区 1p之后有剩余才派发		
29		30		31									
肉类	鸡肉	牛肉片	火鸡鸡翅				蔬菜	豌豆&胡萝卜	节瓜	卷心菜			
蔬菜	蔬菜色拉	洋葱	羽衣甘蓝菜				水果	水果	水果	水果			
面包	玉米面包	菠菜饭	糙米饭				食物袋			无派发			