












सोमबार	मङ्गलबार	बुधबार	बिहीबार	शुक्रबार
30	31 	1 <b>ब्रेकफास्ट</b> प्यानकेक बाउल ताजा फलफूल  <b>खाजा</b> पालुंगो र चिज कालजोन मिश्रित तरकारीहरू भूईकटरको टुक्रा	2 <b>ब्रेकफास्ट</b> ब्रेकफास्ट पिज्जा एप्पलसस्  <b>खाजा</b> वाकिङ टाको  स्विट कर्न नासपातीका टुक्रा	3 <b>आधा दिन</b> <b>ब्रेकफास्ट</b> चेरी मफिन आरु  <b>खाजा</b> बर्गर फ्राइज म्यासड पोटेटेज र ग्रेभी ताजा फलफूल
6 <b>ब्रेकफास्ट</b> एप्पल सिनामोन टेक्सास टोस्ट र भूईकटरको टुक्रा <b>खाजा</b> 3 चिज क्याभाटपी डिनर रोल सिजन्ड ब्रोकाउली एप्पलसस्	7 <b>ब्रेकफास्ट</b> दही र ग्रेनोला  नासपातीका टुक्रा <b>खाजा</b> टर्की डेली स्यान्डविच मिश्रित तरकारीहरू आरु	8 <b>ब्रेकफास्ट</b> 1W अम्लेट  ताजा फलफूल <b>खाजा</b> लजान्या रोल-अप इटालियन बिन्स भूईकटरको टुक्रा	9 <b>ब्रेकफास्ट</b> बीफ र चीज बेगल एप्पलसस् <b>खाजा</b> चिकेन नगेट BBQ बेकड बिन्स नासपातीका टुक्रा	10 <b>ब्रेकफास्ट</b> मिनि मफिन लोफ आरु <b>खाजा</b> बीफ चिली र फ्रिटोस  पटेटो इमोजीस ताजा फलफूल
13 <b>ब्रेकफास्ट</b> अन्डा र चिज न्याप भूईकटरको टुक्रा <b>खाजा</b> ब्रेडेड रभिओली र मारिनारा 3 बिन चिली एप्पलसस्	14 <b>ब्रेकफास्ट</b> टर्की-ह्याम र चीज स्टरफ नासपातीका टुक्रा <b>खाजा</b> चिकन र वेफलहरू गाजरका टुक्रा फ्रुटेड जेलो	15 <b>ब्रेकफास्ट</b> प्यानकेक बाउल ताजा फलफूल <b>खाजा</b> चिकन बर्गर  WG वा GF बन  जेस्टी पास्ता सलाद  भूईकटरको टुक्रा	16 <b>ब्रेकफास्ट</b> ब्रेकफास्ट पिज्जा एप्पलसस् <b>खाजा</b> टर्की मेडालियन र स्टरफिङ स्विट कर्न नासपातीका टुक्रा	17 <b>आधा दिन</b> <b>ब्रेकफास्ट</b> चेरी मफिन आरु <b>खाजा</b> स्पेगेटी र मारिनारा सिजन्ड ब्रोकाउली ताजा फलफूल
20 <b>ब्रेकफास्ट</b> एप्पल सिनामोन टेक्सास टोस्ट र भूईकटरको टुक्रा <b>खाजा</b> डीप डिश पिज्जा सिजन्ड ब्रोकाउली क्राकर्स र हम्मस	21 <b>ब्रेकफास्ट</b> दही र ग्रेनोला  नासपातीका टुक्रा <b>खाजा</b> सिबाटा मेल्ट र मारिनारा चिजी काउली आरु	22 <b>ब्रेकफास्ट</b> 1W अम्लेट  ताजा फलफूल <b>खाजा</b> वोविच (WoWich) क्राकर्स र हम्मस स्विट कर्न भूईकटरको टुक्रा	23 <b>ब्रेकफास्ट</b> बीफ र चीज बेगल एप्पलसस् <b>खाजा</b> कोरियन BBQ चिकन भेजी फ्राइड राइस गाजरका टुक्रा नासपातीका टुक्रा	24 <b>ब्रेकफास्ट</b> मिनि मफिन लोफ आरु <b>खाजा</b> चीज केसेडिया साल्सा कप मिश्रित तरकारीहरू ताजा फलफूल
27 <b>ब्रेकफास्ट</b> अन्डा र चिज न्याप भूईकटरको टुक्रा <b>खाजा</b> पिज्जाबोली र मारिनारा इटालियन बिन्स एप्पलसस्	28 <b>ब्रेकफास्ट</b> टर्की-ह्याम र चीज स्टरफ नासपातीका टुक्रा <b>खाजा</b> बिफ बर्गर प्याट्टी  WG वा GF बन ब्रोकाउली र चीज आरु			

## के तपाईंलाई थाहा छ...

पपकर्न एक होल  
ग्रेन खानेकुरा हो!



## मेनुसम्बन्धी जानकारी

अर्ली चाइल्डहुडका सबै मेनुहरू सुँगुरको मासु, नट (बदम, काजु इत्यादि), माछा र शेलफिस मुक्त हुन्छन्।

कृपया आफ्नो क्याफेटेरिया म्यानेजर वा नर्सलाई चिकित्सकीय पौष्टिक आवश्यकताहरू समावेश गर्नका निम्ति चिकित्सकीय हेरचाह योजना अनुरोध गर्नुहोस्।

 शाकाहारी विकल्पहरू दैनिक उपलब्ध छन्	 माछा नरहेको
 प्रत्येक खानासँग स्थानीय 1% दूधको कार्टन	 सुँगुरको मासु नरहेको
 दैनिक ताजा फलफूल र तरकारीहरू	 ग्लुटेन फ्री

हाम्रा मेनुहरूले USDA का  
आवश्यकताहरूलाई पूरा गर्छन्  
मेनुका आइटमहरू परिवर्तन हुन सक्छन् 