

SEPTEMBER 2024



Menu

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2  Happy LABOR DAY	3 bean and cheese burrito with spanish rice *AND/OR Salad Bar	4 whole grain pizza crunchers *AND/OR Salad Bar	5 orange chicken, roasted broccoli & brown rice *AND/OR Salad Bar	6 all beef burger & tater tots *AND/OR Salad Bar
9 whole grain sausage breakfast sandwich *AND/OR Salad Bar	10 all beef nachos & refried beans *AND/OR Salad Bar	11 ham and cheese sub sandwich *AND/OR Salad Bar	12 cheese ravioli & green beans *AND/OR Salad Bar	13 chicken drumstick & rice pilaf *AND/OR Salad Bar
16 whole grain french toast sticks & sausage links *AND/OR Salad Bar	17 chicken & cheese quesadilla & corn *AND/OR Salad Bar	18 Grab-n-Go: mini corn dogs *AND/OR Salad Bar	19 BIRTHDAY LUNCH whole grain spaghetti w/red sauce and cake! *AND/OR Salad Bar	20 toasted cheese sandwich & french fries *AND/OR Salad Bar
23 whole grain waffles & egg patties *AND/OR Salad Bar	24 crispy fish tacos & cabbage slaw *AND/OR Salad Bar	25 Grab-n-Go: Chicken corn dogs made with whole grain *AND/OR Salad Bar	26 macaroni and cheese & green beans *AND/OR Salad Bar	27 grilled chicken sandwich & baked beans *AND/OR Salad Bar
30 pancakes & turkey bacon *AND/OR Salad Bar				



For the 2024-25 school year, ongoing state and federal legislation allows Cardiff School District to continue to make available a daily breakfast and lunch, free of charge, for all students.

DAILY SALAD BAR

Our salad bar is made fresh daily and available for all students to accompany the hot lunch or as a main meal

Items include: spring mix, tomatoes, cucumbers, carrots, broccoli, assorted bell peppers, edamame, diced turkey, chickpeas, cottage cheese, apples, oranges, bananas, pears, nectarines, and cantaloupe

Please note: fruits and vegetables listed on the menu are subject to change due to availability.

DAILY BREAKFAST SERVED BEFORE SCHOOL BELL RINGS

Includes: choice of milk, fresh fruit and entree below:

Mondays: yogurt & granola

Tuesdays: UBR whole grain breakfast bar or concha

Wednesdays: assorted unsweetened cereals with milk

Thursdays: egg bites with bacon and cheese

Fridays: smoothies made with fruit, milk & Greek yogurt

Kitchen news...

Happy September! Can you believe we are starting a new month!! The cafeteria has been very busy cooking up some new items for breakfast and lunch. We have added smoothie Fridays to our menu and some new items to our salad bar. You will notice both schools got a new salad bar as well.

Come on by and visit us for lunch!

SEPTIEMBRE 2024



Menu

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2  Happy LABOR DAY	3 burrito de frijoles y queso con arroz española *Y/O Carrito de Ensalada	4 Agarrar y ir: crujientes de pizza con pan integral *Y/O Carrito de Ensalada	5 orange chicken, brócoli asado y arroz integral *Y/O Carrito de Ensalada	6 hamburguesa de carne y papas pequeñas *Y/O Carrito de Ensalada
9 sandwich de desayuno de salchicha con pan integral *Y/O Carrito de Ensalada	10 nachos con carne y frijoles refritos *Y/O Carrito de Ensalada	11 Agarrar y ir: sandwich de jamón y queso *Y/O Carrito de Ensalada	12 ravioli de queso con green beans al lado *Y/O Carrito de Ensalada	13 muslo de pollo y arroz *Y/O Carrito de Ensalada
16 pan frances de pan integral con salchichas *Y/O Carrito de Ensalada	17 quesadilla de pollo y queso con elote *Y/O Carrito de Ensalada	18 Agarrar y ir: corn dogs pequeños *Y/O Carrito de Ensalada	19 ALMUERZO DE CUMPLEAÑOS spaghetti integral con salsa roja y pastel! *Y/O Carrito de Ensalada	20 sandwich tostado de queso y papas fritas *Y/O Carrito de Ensalada
23 waffles integrales y huevo *Y/O Carrito de Ensalada	24 tacos de pescado y ensalada de repollo *Y/O Carrito de Ensalada	25 Agarrar y ir: corn dogs de pollo hecho con pan integral *Y/O Carrito de Ensalada	26 macaroni y queso con judías verdes *Y/O Carrito de Ensalada	27 sandwich de pollo asado y frijoles horneados *Y/O Carrito de Ensalada
30 panqueques y tocino de pavo *Y/O Carrito de Ensalada				



La legislación estatal y federal vigente permite que el Cardiff School District siga ofreciendo diariamente desayuno y almuerzo gratis a todos los estudiantes para el año escolar de 2024-2025

CARRITO DE ENSALADA DIARIO

Nuestro carrito de ensalada diaria se hace fresco todos los días y disponible para todos los estudiantes para acompañar el almuerzo caliente o como un comida principal

Incluye: mezcla de primavera, tomates, pepinos, zanahorias, brócoli, pimientos surtidos, edamame, pavo cortado en cubitos, garbanzos, requesón, manzanas, naranjas, platanos, peras, nectarinas, y melón

Tenga en cuenta: frutas y verduras notadas en el menu están sujetos a cambiar dependiendo en su disponibilidad

DESAYUNO SERVIDO DIARIO ANTES DE QUE SUENA LA CAMPANA

Incluye: elección de leche, frutas frescas y un entree siguiente:

Lunes: yogur y granola

Martes: UBR barra de desayuno grano o una concha

Miercoles: cereales surtidas sin azúcar y con leche

Jueves: picaduras de huevo con tocino y queso

Viernes: liquado hecho con fruta, leche, y yogur griego

Noticias de la cocina

¡Feliz septiembre! ¡¡Pueden creer que ya vamos a empezar una nueva mes!! La cafeteria ha sido bien ocupado cocinando algunos nuevos alimentos para desayuno y almuerzo. Nosotros hemos agregado a nuestro menu, viernes de liquado y algunos alimentos nuevos al carrito de ensalada. Tambien pueden notar que ambos escuelas tienen carritos nuevos. ¡Ven y visítanos para almorzar!