

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
BREAKFAST ITEMS																					
Bagel, Sausage & Cheese	235	7	3	0	34	437	26	3	4	-	15	90	1	57	2	D	S	W	--	--	--
Banana Bread	280	7	2	0	35	210	47	3	21	-	5	0	0	20	2	D	S	W	E	--	--
Biscuit, Chicken	220	11	2	0	0	720	29	1	2	-	12	0	0	80	2	D	S	W	--	--	--
Biscuit, Sausage (Pork)	220	11	3	0	10	660	24	1	1	-	5	0	0	40	1	D	S	W	--	--	--
Breakfast Pizza	240	7	3	0	15	490	31	3	5	-	11	0	2	150	2	D	S	W	--	--	--
Cereal, Cheerios	100	2	1	0	0	140	20	3	1	-	3	500	6	100	8	--	--	--	--	--	--
Cereal, Cinn Chex	120	3	0	0	0	170	22	1	6	-	1	400	5	80	7	--	--	--	--	--	--
Cereal, Cinn Toast Crunch	110	3	1	0	0	160	22	3	6	-	1	400	5	200	4	--	S	W	--	--	--
Cereal, Cocoa Puffs	110	2	0	0	0	160	25	2	8	-	2	500	6	100	5	--	--	--	--	--	--
Cereal, Rice Chex	100	1	0	0	0	250	24	1	2	-	2	500	6	100	9	--	--	--	--	--	--
Cereal, Trix	110	1	0	0	0	140	24	1	7	-	1	500	5	100	5	--	--	--	--	--	--
Cheese, Mozzarella String	60	3	2	0	10	200	1	0	1	-	7	200	0	200	0	D	--	--	--	--	--
Cinnamon Mini Loaf	290	8	2	0	30	270	48	3	21	-	5	0	0	20	1	D	S	W	E	--	--
Crunchmania, Cinn Bun	220	7	2	0	0	230	37	2	12	-	4	750	0	150	1	D	S	W	--	--	--
Crunchmania, Maple	210	6	2	0	0	220	37	3	13	-	4	750	0	150	1	D	S	W	--	--	--
French Toast	240	7	1	0	10	260	38	2	10	-	6	0	0	40	1	D	S	W	E	--	--
Muffin, Blueberry	250	8	1	0	35	180	41	2	19	-	4	100	1	40	1	D	S	W	E	--	--
Muffin, Chocolate Chip	270	9	2	0	40	190	44	2	22	-	4	0	0	40	2	D	S	W	E	--	--
NutriGrain Bar, Apple Cinn	160	4	1	0	0	130	30	3	14	-	2	750	0	200	2	D	S	W	--	--	--
NutriGrain Bar, Strawberry	160	4	1	0	0	150	30	3	14	-	2	750	0	200	2	D	S	W	--	--	--
Pancake Sausage Stick, Blueberry	160	6	0	0	0	380	18	0	0	-	8	0	0	0	0	D	S	W	E	--	--
Pancake Sausage Stick (Pork)	187	9	3	0	28	425	20	1	7	-	7	5	0	18	1	D	S	W	E	--	--
Pancake, Mini Maple	220	7	1	0	5	340	36	3	15	-	5	0	0	60	1	D	--	W	E	--	--
Steak Sandwich	250	11	4	0	25	390	27	3	4	-	11	0	60	40	2	--	--	W	--	--	--
Turkey Ham & Cheese Slider	186	4	1	0	16	517	27	2	5	-	11	6,093	4	105	2	D	S	W	--	--	--
Waffles, Mini Blueberry	210	6	1	0	5	170	37	3	12	-	4	0	0	20	1	D	S	W	E	--	--
Waffles, Mini Cinnamon	200	5	2	0	0	260	35	4	10	5	4	1,000	0	260	4	D	S	W	E	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
ENTRÉE ITEMS																					
BBQ Meatballs	295	15	6	0	35	1,070	27	7	18	0	16	352	5	69	2	D	S	W	--	--	--
Blue-B-Q Chicken (PreK-8)	274	14	5	0	136	366	11	2	9	0	27	213	2	9	1	--	--	--	--	--	--
Blue-B-Q Roasted Chicken (9-12)	372	19	7	0	186	498	15	3	12	0	36	290	3	13	2	--	--	--	--	--	--
Carolina Dog	330	19	7	1	30	840	29	3	3	-	12	0	0	100	2	--	S	W	--	--	--
Char-Meck-A-Nator	320	13	6	0	30	690	34	4	7	0	18	200	9	160	3	D	S	W	--	--	--
Cheese Dippers (2ea)	300	11	6	0	25	490	30	3	5	0	20	200	0	400	2	D	S	W	E	--	--
Cheeseburger w/American	305	13	5	1	48	610	27	3	3	0	20	150	0	200	3	D	S	W	--	--	--
Cheeseburger w/Pepper Jack	325	15	7	1	53	505	27	3	3	0	19	150	0	1,030	3	D	S	W	--	--	--
Chicken & Waffles (9-12)	437	13	3	0	53	829	54	6	10	5	24	1,222	0	278	5	D	S	W	E	--	--
Chicken & Waffles (PreK-8)	386	13	4	0	33	645	48	6	10	5	19	1,080	88	280	6	D	S	W	E	--	--
Chicken BBQ Sandwich	286	7	2	0	35	707	36	4	10	0	20	221	1	122	3	--	S	W	--	--	--
Chicken Bites, Premium (9-12)	237	8	2	0	53	569	19	2	0	0	20	222	0	18	1	D	--	W	--	--	--
Chicken Fajita Bowl	173	7	4	0	78	734	6	1	4	0	20	842	8	139	2	D	--	--	--	--	--
Chicken Filet Sandwich	404	17	4	0	59	621	41	6	2	0	23	61	0	115	3	--	S	W	--	--	--
Chicken Nuggets (PreK-8)	186	8	2	0	33	385	13	2	0	0	15	80	88	20	2	--	S	W	--	--	--
Chicken Tenders, Premium (9-12)	270	9	1	0	54	648	24	2	0	0	24	108	1	22	2	--	S	W	--	--	--
Chicken, Orange	159	6	2	6	85	201	10	0	7	0	14	0	0	0	1	--	S	W	E	--	--
Chicken, Orange (9-12)	215	9	2	9	115	273	13	0	10	0	19	0	0	0	1	--	S	W	E	--	--
Chicken, Sweet & Sour (K-12)	150	2	0	0	49	200	17	1	14	0	14	29,341	11	4	0	--	S	W	--	--	--
Corn Dog	240	8	3	0	40	390	30	5	5	0	9	0	0	80	2	--	S	W	E	--	--
Deli Hoagie (Ham, Turkey & Cheese)	290	9	3	0	60	946	27	3	3	0	26	150	1	200	3	D	S	W	--	--	--
Deli Sandwich (Ham, Turkey & Cheese)	291	9	4	0	50	1,013	28	3	3	0	24	300	0	300	2	D	S	W	--	--	--
Deli Sandwich (Turkey)	260	7	2	0	45	640	26	3	2	0	23	0	0	100	2	--	S	W	--	--	--
Dip, 7-Layer w/Tortilla Chips	616	31	12	0	50	1,274	70	12	8	0	18	2,158	26	419	4	D	--	--	--	--	--
Dip, Spinach w/Tortilla Chips	557	33	14	0	57	1,322	51	7	4	0	26	20,784	40	4,809	5	D	--	--	--	--	--
Fish Filet	180	8	2	0	35	240	16	2	1	0	11	0	0	0	1	--	--	W	E	F	--
Fish Filet & Cheddar Goldfish	280	12	2	0	35	410	30	3	1	0	13	0	0	20	1	D	--	W	E	F	--
Fish Sandwich	330	11	2	0	35	540	42	5	3	0	17	0	0	100	3	--	S	W	E	F	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Fish Sandwich w/Pepper Jack	387	15	5	0	48	650	43	5	4	0	20	157	0	1,070	3	D	S	W	E	F	--
French Toast Stix & Cheese Omelet (9-12)	410	20	6	0	337	707	38	3	11	0	18	576	7	150	3	D	S	W	E	--	--
French Toast Stix & Cheese Omelet (PreK-8)	270	16	5	0	253	493	20	1	5	0	12	438	3	115	2	D	S	W	E	--	--
Grilled Cheese Sandwich, Indv. Wrap	280	10	6	0	32	581	31	3	6	0	19	524	0	466	2	D	S	W	--	--	--
Hamburger	270	11	4	1	40	400	26	3	2	0	16	0	0	100	3	--	S	W	--	--	--
Hummus PL/Sunflower Seeds/Tostitos	510	25	3	0	0	285	58	9	8	0	15	300	14	80	4	--	--	--	--	--	--
Hummus RP/Sunflower Seeds/Tostitos	510	25	3	0	0	285	58	9	8	0	15	300	14	80	4	--	--	--	--	--	--
Mac & Cheese	298	11	6	0	31	1,006	33	1	6	0	16	770	0	410	1	D	--	W	E	--	--
Nachos, Beef	382	19	5	0	56	537	37	5	2	0	20	469	1	87	3	--	--	--	--	--	--
Nachos, Beef & Queso	517	28	10	0	82	1,041	44	6	2	0	27	13,719	1	2,744	3	D	--	--	--	--	--
Nachos, Beef School	391	19	5	0	43	509	40	4	2	0	17	198	1	83	2	--	--	--	--	--	--
Nachos, Beef School & Queso	522	28	11	0	74	1,064	44	4	2	0	25	15,341	1	3,112	2	D	--	--	--	--	--
Nachos, Chicken	378	17	2	0	53	364	40	4	3	0	19	219	1	80	1	--	--	--	--	--	--
Nachos, Chicken & Queso	486	24	7	0	77	820	44	4	3	0	26	12,641	1	2,564	1	D	--	--	--	--	--
Nachos, Queso	530	31	14	0	62	1,373	46	4	2	0	21	31,176	0	6,315	1	D	--	--	--	--	--
New Orleans Chicken (9-12)	209	4	1	0	76	594	20	0	20	0	22	0	0	0	1	--	S	W	--	--	--
New Orleans Chicken (PreK-8)	154	3	1	0	56	437	15	0	15	0	16	0	0	0	1	--	S	W	--	--	--
Omelet, Cheese	130	11	4	0	170	280	1	0	0	0	7	300	0	80	1	D	--	--	E	--	--
Pancake Sausage Bites	399	21	6	0	52	1,008	40	2	15	0	17	0	0	84	3	D	S	W	E	--	--
Piggy Mac	416	16	8	1	94	1,264	30	2	7	0	29	676	0	350	1	D	--	W	E	--	--
Pizza, Buffalo Chicken (9-12)	280	11	5	0	30	610	27	3	2	0	19	300	1	350	3	D	--	W	--	--	--
Pizza, Cheese (PreK-8)	300	11	5	0	25	440	33	4	10	0	16	300	0	250	2	D	S	W	--	--	--
Pizza, Meateaters (9-12)	481	17	8	0	62	915	47	5	6	0	34	775	19	465	3	D	S	W	--	--	--
Pizza, Pepperoni (PreK-8)	337	14	6	0	33	577	33	4	10	0	18	300	0	250	2	D	S	W	--	--	--
Pizza, Premium Cheese (9-12)	310	13	7	0	30	470	29	3	3	0	21	500	9	450	3	D	--	W	--	--	--
Pizza, Premium Pepperoni (9-12)	350	16	8	0	40	680	29	4	3	0	20	500	12	400	3	D	--	W	--	--	--
Pizza, Supreme Personal (9-12)	380	18	7	0	45	660	31	4	7	0	22	400	18	300	3	D	--	W	--	--	--
Pork Street Tacos (2ea)	418	13	5	2	101	723	37	5	6	0	27	0	11	91	2	--	--	W	--	--	--
Quesadilla, Chicken & Cheese	300	10	2	0	15	790	37	4	2	0	17	0	0	80	3	D	S	W	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Ravioli, Mini Cheese	385	9	4	0	37	1,019	47	5	13	0	22	1,314	14	347	2	D	--	W	E	--	--
Roasted BBQ Chicken (9-12)	386	19	7	0	186	820	18	5	13	0	36	385	5	23	2	--	--	--	--	--	--
Roasted BBQ Chicken (PreK-8)	284	14	5	0	136	603	13	4	9	0	27	283	3	17	2	--	--	--	--	--	--
Roasted Chicken (9-12)	308	19	6	0	186	176	0	0	0	0	35	195	2	2	2	--	--	--	--	--	--
Roasted Chicken (PreK-8)	227	14	5	0	136	130	0	0	0	0	26	143	1	1	1	--	--	--	--	--	--
Rotini w/Meat Sauce	339	11	4	0	49	662	33	4	10	0	22	1,093	9	152	3	D	--	W	--	--	--
Salisbury Steak	221	14	6	0	45	499	8	1	2	0	14	0	1	41	2	D	S	W	--	--	--
Sausage Pattie (Bkfst 4 Ln)	60	4	1	0	30	80	0	0	0	0	6	0	0	20	1	--	--	--	--	--	--
Spaghetti w/Meat Sauce	426	15	7	0	60	1,005	45	10	12	0	25	1,312	11	230	5	D	--	W	--	--	--
Spicy Chicken Sandwich (9-12)	338	11	3	0	32	715	39	5	2	0	21	137	1	124	4	--	S	W	--	--	--
Steak & Cheese Hoagie (9-12)	330	11	4	0	79	410	29	3	3	0	31	87	0	599	4	D	S	W	--	--	--
Sweet & Spicy Chicken	190	4	2	0	67	788	22	0	18	0	16	104	0	21	1	--	S	W	--	--	--
Teriyaki Beef	250	6	2	0	94	301	19	0	13	0	31	495	1	17	3	--	S	W	--	--	--
Thai Sweet Chili Chicken (9-12)	172	3	1	0	65	473	22	0	16	0	16	0	0	0	1	--	S	W	--	--	--
Thai Sweet Chili Chicken (K-8)	127	2	1	0	48	349	16	0	12	0	12	0	0	0	1	--	S	W	--	--	--
Turkey & Cheese Wedge Sandwich, Indv. Wr:	300	11	4	0	35	890	30	2	7	0	21	300	0	250	3	D	S	W	--	--	--
Turkey Roast & Gravy	106	4	1	0	36	545	4	0	1	0	13	0	0	1	0	D	S	--	--	--	--
Veggie Lasagna	321	8	3	0	19	938	42	4	13	0	18	2,918	23	356	2	D	--	W	--	--	--
Yogurt/Cheese/Cheez-Its	300	11	6	0	35	380	29	1	14	0	19	800	0	450	1	D	S	W	--	--	--
Yogurt/Cheese/Granola/Cheez-It	476	14	4	0	25	547	61	3	27	0	22	700	0	450	2	D	S	W	--	--	--
YOGURT, FRUIT & GRANOLA PARFAIT																					
Yogurt, Berries, & Granola Parfait	558	12	2	0	5	326	100	6	58	-	58	1,000	0	200	1	D	S	--	--	--	--
Yogurt, Double Berry, & Granola Parfait	558	12	2	0	5	326	100	6	58	-	58	1,000	0	200	1	D	S	--	--	--	--
Yogurt, Mandarin Orange, & Granola Parfait	559	12	2	0	5	332	101	4	63	-	63	1,952	22	208	2	D	S	--	--	--	--
Yogurt, Peach, & Granola Parfait	554	12	2	0	5	331	98	5	59	-	59	1,000	0	200	1	D	S	--	--	--	--
Yogurt, Strawberry, & Granola Parfait	591	12	2	0	5	325	109	7	65	-	65	1,000	0	200	1	D	S	--	--	--	--
PARFAIT ENTRÉE COMPONENTS																					
Bar/Yogurt Strawberry (4oz)	100	1	1	0	3	53	20	0	14	-	14	500	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Bar/Yogurt Vanilla (4oz)	100	1	1	0	3	53	20	0	14	-	14	500	0	100	0	D	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Bar/Granola (2.25oz)	290	10	1	0	0	220	44	3	17	-	17	0	0	0	1	--	S	--	--	--	--
Bar/Blueberries (1/4 cup)	18	0	0	0	0	1	4	1	4	-	4	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Bar/Mandarin Oranges (1/4 cup)	35	0	0	0	0	3	9	0	9	-	9	476	11	4	0	--	--	--	--	--	--
Bar/Peaches, Diced (1/4 cup)	30	0	0	0	0	3	7	1	7	-	7	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Bar/Strawberries, Sweet (1/4 cup)	45	0	0	0	0	0	12	2	9	-	9	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
CHEF ENTRÉE SALADS																					
Berry Fresh Chicken Chef Salad w/Flatbread	483	12	3	0	45	1,027	71	7	32	-	25	10,414	43	207	3	D	S	W	--	--	--
Chef Salad w/Flatbread	680	40	9	0	278	1,456	46	6	8	-	31	10,623	18	262	5	D	S	W	E	--	--
Chicken Caesar Chef Salad w/Flatbread	544	31	7	0	60	1,328	41	5	4	-	31	10,237	5	247	3	D	S	W	--	F	--
Taco Salad	646	27	10	0	63	1,392	74	14	9	-	31	10,090	31	449	7	D	S	--	--	--	--
GRAIN & DRESSING COMPONENTS																					
Bar/Croutons	35	2	0	0	0	55	4	0	0	-	1	0	0	0	0	D	--	W	--	--	--
Bar/Flatbread	180	5	1	0	0	330	29	3	2	-	6	0	0	34	2	D	S	W	--	--	--
Bar/Tortilla Chips (16ea)	260	12	2	0	0	230	38	4	2	-	4	0	0	80	1	--	--	--	--	--	--
Bar/Dsg, Caesar (1oz)	150	16	3	0	0	270	1	0	1	-	1	100	0	20	0	D	--	--	--	F	--
Bar/Dsg, Ranch (2oz)	300	32	5	0	0	540	2	0	2	-	2	200	0	40	0	D	--	--	E	--	--
Bar/Dsg, Raspberry Vin (2oz)	600	64	10	0	0	1,080	4	0	4	-	4	400	0	80	0	--	--	--	--	--	--
GRAINS																					
Breadstick (9-12)	98	2	1	0	0	85	17	2	1	-	3	0	0	0	1	D	--	W	--	--	--
Breadstick (PreK-8)	90	3	0	0	0	95	15	1	1	-	3	0	0	0	1	D	S	W	E	--	--
Cornbread Dressing (Holiday Meal)	132	6	3	0	0	504	17	1	1	-	3	292	0	1	1	--	S	W	--	--	--
French Toast Sticks (3ea) (Bkfst 4 Ln)	210	7	2	0	125	320	28	2	8	-	8	207	5	52	2	--	S	W	E	--	--
French Toast, Mini Choc Chip (Bkfst 4 Ln)	210	6	2	0	0	260	35	4	9	-	5	500	0	100	3	D	S	W	E	--	--
Fried Rice (1 Cup)	275	2	0	0	0	735	54	4	1	-	7	494	2	6	1	--	S	W	--	--	--
Fried Rice (1/2 Cup)	137	1	0	0	0	368	27	2	1	-	4	247	1	3	1	--	S	W	--	--	--
Hushpuppies (3ea) (PreK-8)	140	6	1	0	0	191	20	1	5	-	2	100	1	0	0	D	S	W	E	--	--
Hushpuppies (4ea) (9-12)	187	8	1	0	0	254	27	1	7	-	3	134	2	0	0	D	S	W	E	--	--
Lo Mein (1 Cup)	268	2	0	0	0	1,008	51	6	4	-	11	890	3	43	2	--	S	W	--	--	--
Lo Mein (1/2 Cup)	134	1	0	0	0	504	26	3	2	-	5	445	2	21	1	--	S	W	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Pineapple Fried Rice (1 1/3 Cup)	279	2	0	0	0	371	58	4	8	-	7	496	5	11	1	--	S	W	--	--	--
Pineapple Fried Rice (2/3 Cup)	139	1	0	0	0	185	29	2	4	-	3	248	3	5	1	--	S	W	--	--	--
Rice (1 Cup)	252	2	0	0	0	175	50	3	0	-	6	0	0	5	1	--	--	--	--	--	--
Rice (1/2 Cup)	126	1	0	0	0	87	25	1	0	-	3	0	0	2	1	--	--	--	--	--	--
Roll	160	3	1	0	0	281	30	3	5	-	5	51	6	40	2	D	S	W	--	--	--
Tortilla Chips (8ea)	130	6	1	0	0	115	19	2	1	-	2	0	0	40	0	--	--	--	--	--	--
Tortilla Wrap (1ea)	80	2	1	0	0	115	15	2	0	-	2	0	0	40	1	--	--	W	--	--	--
SUPPER MENU ITEMS																					
Bean & Cheese Burrito	350	13	4	0	10	680	42	6	2	-	15	400	1	200	3	D	S	W	--	--	--
Cheese Dip & String Cheese	250	13	8	0	40	770	15	0	11	-	17	500	0	550	0	D	--	--	--	--	--
Chicken Teriyaki Sliders	270	5	1	0	35	370	40	4	12	-	18	0	12	60	3	--	S	W	--	--	--
Chicken Melt on Pita	340	15	5	0	40	600	35	2	2	-	16	100	0	100	2	D	S	W	--	--	--
Grilled Cheese Sandwich	280	10	6	0	32	581	31	3	6	-	19	524	0	466	2	D	S	W	--	--	--
Ham & Cheese Hoagie	285	9	4	0	54	1,066	29	3	3	-	23	300	1	300	3	D	S	W	--	--	--
Italian Combo Melt	330	13	4	0	45	750	32	3	6	-	19	300	1	200	2	D	S	W	--	--	--
Pizza, Cheese Personal	310	12	6	0	30	360	30	3	6	-	22	500	9	450	3	D	--	W	--	--	--
Turkey & Cheese Wedge Sandwich	300	11	4	0	35	890	30	2	7	-	21	300	0	250	3	D	S	W	--	--	--
Turkey Stick & Cheese Cubes	130	8	5	0	40	390	0	0	0	-	15	300	0	203	0	D	--	--	--	--	--
Yogurt & String Cheese	170	3	2	0	20	240	16	0	15	-	17	200	0	350	0	D	--	--	--	--	--
VEGETABLES (1/2 CUP SERVING)																					
Baby Carrots w/Ranch Dip	97	7	1	0	5	295	7	2	6	0	2	4,998	5	38	0	D	--	--	E	--	--
Baked Beans, Brown Sugar	140	1	0	0	0	370	30	6	12	0	5	0	0	40	2	--	--	--	--	--	--
Baked Potato	171	7	3	0	0	79	25	3	1	0	3	438	11	17	1	--	S	--	--	--	--
Baked Seasoned Fries	154	5	1	0	0	174	26	2	0	0	2	0	2	0	1	--	--	--	--	--	--
Black-Eyed Peas	63	0	0	0	0	59	11	3	1	0	4	0	0	28	1	--	--	--	--	--	--
Broccoli w/Cheese	72	3	2	0	11	231	5	3	1	0	6	113	34	132	0	D	--	--	--	--	--
Broccoli, Fresh Steamed	17	0	0	0	0	31	3	1	1	0	2	115	51	23	0	--	--	--	--	--	--
Caesar Side Salad	195	18	3	0	2	347	6	1	2	0	3	5,082	2	65	1	D	--	W	--	F	--
California Blend Veggies	25	0	0	0	0	30	4	2	2	0	2	1,254	24	0	0	--	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
California Blend w/Cheese	42	1	1	0	4	101	5	2	2	0	3	3,181	24	385	0	D	--	--	--	--	--
Carrots, Glazed Coin	79	4	2	0	0	87	11	3	8	0	0	15,638	1	21	0	--	S	--	--	--	--
Collard Greens, Fresh Steamed	28	1	0	0	0	91	5	0	1	0	2	4,193	23	79	0	D	--	--	--	--	--
Corn, Sweet Kernel	71	1	0	0	0	1	17	2	3	0	2	0	3	0	0	--	--	--	--	--	--
Fiesta Black Beans	101	1	0	0	0	432	18	4	2	0	5	0	0	37	2	--	--	--	--	--	--
Green Beans, Seasoned	19	0	0	0	0	1	4	2	1	0	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Green Peas & Carrots	67	0	0	0	0	113	13	4	5	0	4	3,335	8	27	1	--	--	--	--	--	--
Lettuce, Tomato & Pickle	12	0	0	0	0	333	2	0	1	0	0	1,325	8	10	0	--	--	--	--	--	--
Mashed Potatoes	85	1	0	0	0	387	18	1	1	0	1	2	8	11	0	D	--	--	--	--	--
Pickle Spear	0	0	0	0	0	#####	45	0	0	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Pinto Beans, Seasoned	101	0	0	0	0	257	19	6	0	0	6	70	0	41	1	--	--	--	--	--	--
Potato Triangles (2ea)	195	10	1	0	0	399	26	3	0	0	2	0	1	0	1	--	--	--	--	--	--
Potato Triangles (3ea)	292	15	2	0	0	598	39	4	0	0	3	0	2	0	1	--	--	--	--	--	--
Potato Wedges	123	4	1	0	0	143	20	2	0	0	2	0	4	0	0	--	--	--	--	--	--
Seasoned Potato Spirals	124	4	1	0	0	191	20	1	0	0	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Shredded Lettuce w/Diced Tomato	14	0	0	0	0	11	3	1	2	0	1	549	9	15	0	--	--	--	--	--	--
Spinach Side Salad	100	2	0	0	0	159	20	3	14	0	3	7,131	20	72	2	--	--	--	--	--	--
Spinach, Fresh Steamed	23	0	0	0	0	82	4	2	0	0	3	9,452	28	100	3	--	--	--	--	--	--
Stir Fry Vegetables	61	3	0	0	0	28	7	2	1	0	2	0	10	22	0	--	--	--	--	--	--
Sweet Potato Baked Fries	160	8	1	0	0	210	23	4	3	0	3	1,400	1	40	0	--	--	--	--	--	--
Sweet Potato Blueffle	240	5	2	0	0	127	48	2	28	0	2	225	0	0	0	--	S	--	--	--	--
Sweet Potato Souffle	216	5	2	0	0	127	42	1	23	0	1	225	0	0	0	--	S	--	--	--	--
Sweet Potato, Baked Fresh	106	0	0	0	0	62	25	3	2	0	2	16,088	3	34	1	--	--	--	--	--	--
Sweet Potatoes, Glazed	191	4	2	0	0	49	40	1	28	0	0	7,056	0	15	1	--	S	--	--	--	--
Sweet Potatoes, Roasted	118	2	0	0	0	7	24	1	10	0	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Veggie Bites w/Ranch Dip	92	7	1	0	5	271	6	2	4	0	2	1,879	26	42	0	D	--	--	E	--	--
FRUITS (1/2 CUP SERVINGS)																					
Apple, Crisp	249	8	3	0	0	116	43	2	28	-	2	243	0	34	1	--	S	W	--	--	--
Apple, Hot Spiced	101	2	1	0	0	29	21	1	18	-	0	95	0	19	0	--	S	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Apple, Slices, Fresh	31	0	0	0	0	0	8	1	6	-	0	24	1	5	0	--	--	--	--	--	--
Apple, Whole, Fresh	78	0	0	0	0	0	20	3	15	-	1	60	3	12	0	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Indv. Cup	51	0	0	0	0	2	14	1	11	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Mango Peach Indv Cup	96	0	0	0	0	15	13	2	11	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Portion Cup	56	0	0	0	0	9	14	2	11	-	0	0	2	0	1	--	--	--	--	--	--
Applesauce, Strawberry Indv Cup	90	0	0	0	0	15	22	2	19	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Banana, Fresh	110	0	0	0	0	0	30	3	19	-	1	100	9	0	0	--	--	--	--	--	--
Blueberry Crisp	240	8	3	0	0	109	40	3	27	-	3	243	0	18	1	--	S	W	--	--	--
Blueberry Parfait	110	2	0	0	1	51	21	3	14	-	3	167	0	33	0	D	S	--	--	--	--
Cantaloupe, Fresh Cubed	28	0	0	0	0	11	7	1	6	-	1	3,342	27	11	0	--	--	--	--	--	--
Craisins, Original Pouch	110	0	0	0	0	0	28	3	24	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Craisins, Strawberry Pouch	110	0	0	0	0	0	28	3	24	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruit Cocktail	60	0	0	0	0	5	15	1	12	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruit Slushi, Cherry Lemonade	110	0	0	0	0	35	28	0	0	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruit Slushi, Kiwi Strawberry	110	0	0	0	0	35	28	0	0	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruited Gelatin	86	0	0	0	0	37	21	1	18	-	0	0	6	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruited Gelatin w/whipped topping	125	2	2	0	0	36	26	1	23	0	0	0	5	0	0	D	--	--	--	--	--
Grapes, Fresh	64	0	0	0	0	11	16	1	14	-	0	0	1	14	0	--	--	--	--	--	--
Honeydew, Fresh Cubed	32	0	0	0	0	19	8	1	7	-	1	64	17	13	0	--	--	--	--	--	--
Mandarin Oranges	59	0	0	0	0	8	14	1	12	-	1	338	13	0	0	--	--	--	--	--	--
Orange, Fresh	83	0	0	0	0	0	20	3	15	-	1	104	81	62	0	--	--	--	--	--	--
Peach Crisp	270	8	3	0	0	114	47	2	34	-	2	243	0	18	1	--	S	W	--	--	--
Peach Parfait	141	2	0	0	1	56	28	2	21	-	2	167	0	33	0	D	S	--	--	--	--
Peaches, Diced	60	0	0	0	0	5	14	1	13	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Peaches, Indv. Cup	80	0	0	0	0	0	19	1	16	-	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Pear, Fresh Whole	101	0	0	0	0	0	26	6	16	-	1	0	6	20	0	--	--	--	--	--	--
Pears, Diced	61	0	0	0	0	5	16	2	12	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Pineapple Mandarin Cup	75	0	0	0	0	4	20	1	19	0	1	587	18	13	0	--	--	--	--	--	--
Pineapple Tidbits	80	0	0	0	0	0	22	1	20	-	1	100	12	20	0	--	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

CMS Child Nutrition Services is an equal opportunity provider.

02/26/2018; Page 8 of 13

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Raisins, Indv. Box	114	0	0	0	0	4	30	1	23	-	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Raisins, Portion Cup	113	0	0	0	0	4	30	0	23	-	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Strawberry Crisp	270	8	3	0	0	108	48	3	32	-	2	243	0	18	1	--	S	W	--	--	--
Strawberry Parfait	178	2	0	0	1	50	39	4	26	-	2	167	0	33	0	D	S	--	--	--	--
Strawberry, Fresh Slices	29	0	0	0	0	0	6	1	5	-	1	0	55	23	0	--	--	--	--	--	--
Strawberry, Fresh Whole	29	0	0	0	0	0	6	1	5	0	1	0	55	23	0	--	--	--	--	--	--
Strawberry, Indv. Cup	90	0	0	0	0	0	22	2	18	-	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Strawberry, Portion Cup	90	0	0	0	0	0	23	3	17	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Trail Mix w/Granola	197	2	0	0	0	47	45	3	34	-	1	0	0	0	0	--	S	--	--	--	--
Trail Mix w/Sunflower Seeds	212	5	0	0	0	55	41	3	32	-	3	0	0	0	1	--	--	--	--	--	--
Watermelon, Fresh Cubed	43	0	0	0	0	0	11	1	11	-	1	814	8	11	0	--	--	--	--	--	--
Wild Berries Cup	65	0	0	0	0	1	16	3	13	-	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Wildberry Parfait	127	2	0	0	1	51	26	3	17	0	2	167	0	33	0	D	S	--	--	--	--
FRUIT JUICE (100% JUICE)																					
Juice, 4oz Apple	60	0	0	0	0	5	14	0	12	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Fruit Punch	60	0	0	0	0	5	14	0	12	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Grape	80	0	0	0	0	10	19	0	18	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Orange	60	0	0	0	0	0	14	0	12	0	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruit Punch Juice, 6oz	80	0	0	0	0	20	21	0	20	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Apple Juice, 6oz	80	0	0	0	0	20	20	0	20	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 6.75oz Fruitables, Power Punch	90	0	0	0	0	20	22	0	19	-	0	500	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 6.75oz Fruitables, Tropical Twist	90	0	0	0	0	20	22	0	19	-	0	500	60	0	0	--	--	--	--	--	--
CONDIMENTS AND SALAD DRESSINGS																					
BBQ Sauce, Indv. Cup	35	0	0	0	0	370	8	0	3	-	0	200	0	0	0	--	--	--	--	--	T
Blueberry, Compote	55	0	0	0	0	1	13	2	12	0	1	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Caesar Dressing, Portion Cup	150	16	3	0	0	270	1	0	1	-	1	100	0	20	0	D	--	--	--	F	--
Chili (Condiment)	44	2	1	0	12	226	2	1	1	-	4	135	1	14	1	--	S	W	--	--	--
Dressing, Ranch Portion Cup	110	10	2	0	10	280	1	0	1	-	1	0	0	20	0	D	--	--	E	--	--
Dressing, Raspberry Vin Portion Cup	35	0	0	0	0	85	9	0	7	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Guacamole, Portion Cup (9-12)	43	4	0	0	0	99	2	1	0	-	1	95	2	0	0	--	--	--	--	--	--
Honey Mustard, Indv. Cup	80	6	1	0	10	125	7	0	5	-	0	0	0	0	0	--	--	--	E	--	--
Italian Dressing, Indv. Pack	5	0	0	0	0	105	1	0	1	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Jelly, Assorted Flavor, Indv. Cup	35	0	0	0	0	0	9	0	5	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Ketchup, Indv. Pack	10	0	0	0	0	85	3	0	2	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Margarine, Indv. Cup	27	3	1	0	0	47	0	0	0	-	0	267	0	0	0	--	S	--	--	--	--
Marinara Dipping Sauce, Portion Cup	36	0	0	0	0	202	6	1	4	-	1	384	2	19	0	--	--	--	--	--	--
Mayonnaise, Indv. Pack	30	3	0	0	4	81	1	0	0	-	0	6	0	1	0	--	--	--	E	--	--
Mustard, Indv. Pack	5	0	0	0	0	65	0	0	0	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	T
Peppers, Banana, Portion Cup (9-12)	6	0	0	0	0	345	1	1	0	-	0	345	11	25	0	--	--	--	--	--	--
Peppers, Jalapeno, Portion Cup (9-12)	6	0	0	0	0	345	1	1	0	-	0	345	11	25	0	--	--	--	--	--	--
Ranch Dressing, Indv. Cup	70	7	1	0	5	240	1	0	1	-	1	0	0	20	0	D	--	--	E	--	--
Ranch Dressing, Indv. Pack	10	0	0	0	0	125	2	0	0	-	0	0	0	0	0	D	--	--	--	--	--
Red Devil Pepper Sauce, Indv. Pack	0	0	0	0	0	150	0	0	0	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	T
Salsa, Indv. Cup	25	0	0	0	0	195	5	1	3	-	1	300	7	20	0	--	--	--	--	--	--
Salsa, Portion Cup	10	0	0	0	0	70	2	1	1	-	0	503	6	20	0	--	--	--	--	--	--
Sriracha Ranch (9-12)	111	10	2	0	10	299	1	0	1	-	1	0	0	20	0	D	--	--	E	--	--
Sriracha Ranch (K-8)	111	10	2	0	10	293	1	0	1	-	1	0	0	20	0	D	--	--	E	--	--
Sour Cream, Indv. Pack	25	0	0	0	0	30	4	0	2	0	2	0	0	60	0	D	--	--	--	--	--
Sweet & Sour Sauce, Indv. Cup	45	0	0	0	0	120	12	0	4	-	0	0	1	0	0	--	--	--	--	--	T
Syrup, Indv. Cup	120	0	0	0	0	0	31	0	19	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Taco Sauce, Indv. Pack	5	0	0	0	0	55	1	0	0	-	0	0	0	0	0	--	S	--	--	--	--
Tartar Sauce, Indv. Pack	45	4	1	0	0	85	2	0	2	-	0	0	0	0	0	--	--	--	E	--	T
Vinegar, Indv. Pack	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
MILK																					
Milk, 1% Plain	110	2	2	0	10	130	13	0	12	-	8	500	2	300	0	D	--	--	--	--	--
Milk, Skim Plain	90	0	0	0	5	130	13	0	12	-	8	500	2	300	0	D	--	--	--	--	--
Milk, Skim Chocolate	120	0	0	0	5	180	20	0	18	-	8	500	1	300	0	D	--	--	--	--	--
Milk, Skim Strawberry	110	0	0	0	5	125	19	0	18	-	8	500	1	300	0	D	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Milk, Skim Lactose-Free (Special Diet)	90	0	0	0	5	130	12	0	12	-	9	500	0	300	0	D	--	--	--	--	--
SNACKS AND ALA CARTE																					
Bar, Cinn Toast Cereal 1.42oz	150	3	1	0	0	115	30	3	8	-	3	0	0	200	10	--	S	W	--	--	--
Birthday Cake Mini Muffins 1.61oz	170	6	2	0	25	125	24	1	15	-	3	0	0	20	1	D	S	W	E	--	--
Bottled Water, 16oz	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Bottled Water, 20oz	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Brownie, Chocolate Chip 2oz	189	5	1	0	2	199	34	2	20	-	2	0	0	0	2	--	S	W	--	--	--
Cheetos Crunchy Cheese .875oz	120	5	1	0	0	200	17	1	1	-	2	0	0	100	1	D	--	--	--	--	--
Cheetos Fantastix! Chili Cheese 1oz	130	5	1	0	0	200	19	2	1	-	2	500	0	0	1	D	--	--	--	--	--
Cheetos Fantastix! Flamin Hot 1oz	130	5	1	0	0	200	20	2	1	-	2	500	0	0	1	D	--	--	--	--	--
Cheetos Flamin Hot .875oz	120	5	1	0	0	190	18	1	0	-	2	0	0	100	1	D	--	--	--	--	--
Cheetos Puffs .7oz	100	4	0	0	0	135	13	1	2	-	2	0	0	100	1	D	--	--	--	--	--
Cheetos Puffs Flamin Hot .7oz	90	4	0	0	0	135	14	1	1	-	2	0	0	80	1	D	--	--	--	--	--
Cheez-It Atomic Cheddar .75oz	100	4	1	0	0	200	14	1	0	-	2	500	0	100	1	D	S	W	--	--	--
Cheez-It, Original .75oz	100	4	1	0	5	150	14	1	0	-	2	500	0	100	1	D	S	W	--	--	--
Chocolate Chip Mini Treats 1.6oz	140	5	1	0	0	120	20	1	10	-	2	0	0	0	1	--	S	W	E	--	--
Chocolate Chip Oatmeal Bar 1.24oz	150	5	1	0	0	105	24	2	8	-	2	0	0	0	1	D	S	W	E	--	--
Cookie, Carnival 1.5oz	170	6	2	0	10	130	28	2	12	-	2	0	0	0	1	D	S	W	E	--	PT
Cookie, Carnival 1oz	115	4	1	0	5	75	18	1	9	-	1	0	0	0	0	D	S	W	E	--	PT
Cookie, Chocolate Chip 1.5oz	160	5	2	0	10	105	28	2	13	-	2	0	0	0	1	D	S	W	E	--	PT
Cookie, Chocolate Chip 1oz	110	4	1	0	5	70	18	1	9	-	1	0	0	0	0	D	S	W	E	--	PT
Cookie, Dbl Chocolate Chip 1oz	100	4	1	0	5	70	18	1	9	-	1	0	0	0	0	D	S	W	E	--	PT
Cookie, Sugar 1oz	110	4	1	0	5	80	18	1	9	-	1	0	0	0	0	D	S	W	E	--	PT
Despicable Me Crackers 1oz	130	4	1	0	0	95	21	1	8	-	2	0	0	0	1	D	S	W	--	--	--
Doritos Cool Ranch 1oz	130	5	1	0	0	160	19	2	1	-	2	0	0	40	0	D	--	--	--	--	--
Doritos Nacho Cheese 1oz	130	5	1	0	0	200	20	2	0	-	2	100	0	0	0	D	--	--	--	--	--
Doritos Spicy Sweet Chili 1oz	130	5	1	0	0	180	20	2	0	-	2	0	0	20	0	--	S	W	--	--	--
Fruit Snacks, Mott's Assorted Fruit 1.6oz	130	0	0	0	0	55	37	8	15	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Fruit Snacks, Mott's Mixed Berry 1.6oz	130	0	0	0	0	55	38	9	15	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Go-gurt, Strawberry 2oz	60	1	0	0	1	30	12	0	9	-	2	400	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Goldfish Cheddar .75oz	100	4	1	0	0	170	14	1	0	-	2	0	0	20	0	D	--	W	--	--	--
Goldfish Giant Cinn Graham .9oz	120	4	1	0	0	135	19	1	6	-	2	0	0	100	1	--	S	W	--	--	--
Honey Graham Crackers 3ct/pkg	90	3	0	0	0	95	17	1	5	-	2	500	0	100	1	--	S	W	--	--	--
Ice Cream Bar, Fudge-O 2oz	80	0	0	0	0	80	16	0	15	-	3	0	6	0	0	D	--	--	--	--	--
Ice Cream Bar, Orange Blossom 2.5oz	70	1	1	0	0	50	14	0	13	-	1	500	0	80	0	D	--	--	--	--	--
Ice Cream Bar, Salted Caramel Brownie 2.75c	150	5	2	0	0	135	23	0	12	-	3	0	0	100	0	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Bar, Chocolate Scooter 2.75oz	140	5	2	0	0	100	22	0	17	-	2	750	0	100	1	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Bar, Scooter Strawberry 2.75oz	140	5	2	0	0	50	22	0	17	-	1	500	0	80	1	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Cone, Choc & Van Twist 4oz	150	2	2	0	5	95	30	0	20	-	3	300	0	100	0	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Cone, Cookies N' Cream 4oz	120	2	1	0	5	100	25	0	14	-	2	100	0	100	1	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Cup, Birthday Cake Yogurt 3oz	60	0	0	0	0	65	12	0	12	-	3	0	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Ice Cream Cup, Chocolate 3oz	70	1	1	0	5	50	12	0	11	-	2	200	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Ice Cream Cup, Vanilla 3oz	60	1	1	0	5	45	12	0	11	-	2	200	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Ice Cream Sandwich, Vanilla 4oz	180	4	2	0	10	150	33	0	20	-	4	400	0	100	0	D	S	W	--	--	--
Ice Cream Twister Cup, Birthday Cake 3.75oz	80	0	0	0	4	85	16	0	15	-	4	0	0	150	0	D	--	--	--	--	--
Juice 11.5oz, Apple	170	0	0	0	0	15	42	0	38	-	0	0	60	100	0	--	--	--	--	--	--
Juice 11.5oz, Fruit Punch	160	0	0	0	0	15	39	0	37	-	0	0	60	100	0	--	--	--	--	--	--
Juice 11.5oz, Grape	170	0	0	0	0	15	43	0	43	0	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice 11.5oz, Strawberry Kiwi	200	0	0	0	0	15	49	0	46	-	0	0	60	100	0	--	--	--	--	--	--
Juice 8oz, Apple	120	0	0	0	0	35	30	0	29	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice 8oz, Fruit Punch	120	0	0	0	0	35	30	0	30	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice 8oz, Grape	140	0	0	0	0	25	35	0	34	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice 8oz, Orange	120	0	0	0	0	15	29	0	27	-	0	500	60	20	0	--	--	--	--	--	--
Juice 8oz, Twisted Cherry	120	0	0	0	0	25	30	0	30	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 6oz Apple	80	0	0	0	0	20	20	0	20	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Juice, 6oz Fruit Punch	80	0	0	0	0	20	21	0	20	-	0	0	60	0	0	--	--	--	--	--	--
Lay's Potato Chips, BBQ .785oz	110	3	0	0	0	170	19	2	3	-	2	100	1	0	0	D	S	W	--	--	--
Lay's Potato Chips, BBQ 1.125oz	140	4	1	0	0	180	24	2	3	-	2	0	0	0	0	D	S	W	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.

CMS Child Nutrition Services is an equal opportunity provider.

Nutrient Analysis and Allergens, School Year 2017-2018 Menu Items



	Cal (KCal)	TFat (g)	SFat (g)	TransF (g)	Chol (mg)	Sod (mg)	Carb (g)	Fiber (g)	TSug (g)	AdSug (g)	Prot (g)	Vit A (IU)	Vit C (mg)	Cal (mg)	Iron (mg)	Dairy	Soy	Wheat	Egg	Fish	Peanut TNuts*
Lay's Potato Chips, Original .785oz	100	2	0	0	0	115	20	2	2	-	2	100	1	0	0	--	S	--	--	--	--
Lay's Potato Chips, Original 1.13oz	130	2	0	0	0	150	26	2	2	-	2	0	2	0	0	--	S	--	--	--	--
Lay's Potato Chips, Sour Cream & Onion 1.13	130	4	1	0	0	190	24	1	3	-	2	0	1	20	0	D	S	--	--	--	--
Lay's Potato Chips, Sour Cream .875oz	100	3	0	0	0	140	18	1	3	-	2	0	1	0	0	D	S	--	--	--	--
Nutri-Grain Bar, Apple Cinn	160	4	1	0	0	130	30	3	14	-	2	750	0	200	2	D	S	W	--	--	--
Nutri-Grain Bar, Strawberry	160	4	1	0	0	150	30	3	14	-	2	750	0	200	2	D	S	W	--	--	--
Pop Tart, Frosted Fudge 1.76oz	180	3	1	0	0	190	38	3	16	-	3	500	0	100	2	--	S	W	--	--	--
Pop Tart, Strawberry 1.76oz	180	3	1	0	0	180	38	3	15	-	2	500	0	100	2	--	S	W	--	--	--
Popcorn, Kettle Style 1oz	120	5	0	0	0	100	21	2	9	-	2	0	0	0	1	--	S	--	--	--	--
Popcorn, Pirate's Booty 24/.75oz	100	4	1	0	0	105	14	0	0	-	2	0	0	20	0	D	--	--	--	--	--
Popcorn, Sea Salted Caramel .5oz	70	3	0	0	0	115	10	2	0	-	1	0	0	0	0	D	--	--	--	--	--
Popcorn, White Cheddar .5oz	70	3	0	0	0	110	9	2	0	-	2	0	0	0	0	D	--	--	--	--	--
Pudding, Chocolate 3.5oz	90	0	0	0	0	150	21	1	14	-	2	0	0	100	1	D	--	--	--	--	--
Pudding, Vanilla 3.5oz	80	0	0	0	0	140	19	0	13	-	1	0	0	100	0	D	--	--	--	--	--
Rice Krispies Mini Treat .42oz	50	1	0	0	0	45	9	0	3	-	0	100	0	0	0	D	S	--	--	--	--
Rice Krispies Treats, Chocolate Chip 1.41oz	190	5	2	0	0	150	34	1	14	-	2	0	0	0	2	D	S	--	--	--	--
Rice Krispies Treats, Original 1.41oz	160	4	1	0	0	140	30	1	11	-	2	300	0	0	2	D	S	--	--	--	--
Ruffles Potato Chips, Cheddar & Sour Cream	100	3	0	0	0	200	17	1	2	-	1	0	0	0	0	D	S	--	--	--	--
Scooby Doo Cinn Graham 1oz	120	4	1	0	0	115	21	1	8	-	2	500	0	100	1	--	S	W	--	--	--
Sunflower Kernels, Honey Rstd 1.2oz	190	15	2	0	0	65	11	3	5	-	6	0	0	20	1	--	--	--	--	--	--
Tea 12oz, Not Too Sweet	60	0	0	0	0	10	17	0	17	17	0	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Tostitos Crispy Rounds, 1.45oz	200	7	1	0	0	160	29	3	0	-	3	0	0	0	0	--	--	--	--	--	--
Tostitos Scoops, .875oz	110	3	0	0	0	125	19	2	0	-	2	0	0	20	0	--	--	--	--	--	--
Yogurt 4oz, Strawberry	110	0	0	0	10	40	15	0	14	-	10	0	0	150	0	D	--	--	--	--	--
Yogurt 4oz, Strawberry Banana	80	0	0	0	5	65	16	0	13	-	4	0	0	150	0	D	--	--	--	--	--
Yogurt 4oz, Vanilla	80	0	0	0	5	60	16	0	13	-	4	0	0	150	0	D	--	--	--	--	--
Zoo Animal Crackers 1oz	130	4	1	0	0	110	21	2	8	-	2	0	0	100	1	--	S	W	--	--	--

Manufacture labeling is subject to change.

*Peanut/Tree Nuts Identifier: Item made in shared facility. Does not contain peanuts or tree nuts.