

Pre-K CARB AND ALLERGEN SCHOOL MENU

ALLERGEN LEGEND			
D-DAIRY	E-EGG		
S-SOY	F-FISH		
W-WHEAT	T-TREE NUTS*		

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
Monday 02/26/18								
BK Biscuit, Chicken	220	29g	D	S	W	--	--	--
<i>Strawberry, Indv. Cup</i>	90	22g	--	--	--	--	--	--
LN Pizza, Cheese	300	33g	D	S	W	--	--	--
Pizza, Pepperoni	337	33g	D	S	W	--	--	--
<i>Corn, Sweet Kernel</i>	36	9g	--	--	--	--	--	--
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
Tuesday 02/27/18 BRUNCH 4 LUNCH								
BK Muffin, Chocolate Chip	270	44g	D	S	W	E	--	--
<i>Craisins</i>	110	28g	--	--	--	--	--	--
LN Chicken Nuggets &	186	13g	--	S	W	--	--	--
Waffles, Mini Cinnamon	200	35g	D	S	W	E	--	--
<i>Potato Wedges</i>	123	20g	--	--	--	--	--	--
<i>Pineapple Tidbits</i>	37	10g	--	--	--	--	--	--
Wednesday 02/28/18								
BK Crunchmania								
<i>Peaches, Indv. Cup</i>	80	19g	--	--	--	--	--	--
LN Cheese Dippers (2ea)	300	30g	D	S	W	E	--	--
Marinara Dipping Sauce	36	6g	--	--	--	--	--	--
<i>Broccoli, Fresh Steamed</i>	9	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Mandarin Oranges</i>	40	11g	--	--	--	--	--	--
Thursday 03/01/18								
BK Cereal								
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
LN Hamburger	270	26g	--	S	W	--	--	--
Cheeseburger w/American	305	27g	D	S	W	--	--	--
<i>Green Beans, Seasoned</i>	10	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Blueberry Parfait</i>	110	21g	D	S	--	--	--	--
Friday 03/02/18 DR. SEUSS BIRTHDAY								
BK Waffles, Mini Blueberry	210	37g	D	S	W	E	--	--
<i>Applesauce, Indv. Cup</i>	51	14g	--	--	--	--	--	--
LN One fish, two fish...								
Fish Patty &	180	16g	--	--	W	E	F	--
Cheddar Goldfish	100	14g	D	--	W	--	--	--
<i>Baked Beans, Brown Sugar</i>	70	15g	--	--	--	--	--	--
<i>Wildberry Cup</i>	65	16g	--	--	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
Monday 03/05/18								
BK Bagel, Sausage & Cheese	235	26g	D	S	W	--	--	--
<i>Peaches, Indv. Cup</i>	80	19g	--	--	--	--	--	--
LN New Orleans Chicken	154	15g	--	S	W	--	--	--
Lo Mein (1/2 Cup)	134	26g	--	S	W	--	--	--
<i>Broccoli, Fresh Steamed</i>	9	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Mandarin Oranges</i>	40	11g	--	--	--	--	--	--
Tuesday 03/06/18								
BK French Toast	240	38g	D	S	W	E	--	--
<i>Applesauce, Indv. Cup</i>	51	14g	--	--	--	--	--	--
LN Chicken Filet Sandwich	404	41g	--	S	W	--	--	--
<i>California Blend Veggies</i>	13	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Blueberry Parfait</i>	110	21g	D	S	--	--	--	--
Wednesday 03/07/18 BREAKFAST 4 LUNCH								
BK Banana Bread	280	47g	D	S	W	E	--	--
<i>Craisins</i>	110	28g	--	--	--	--	--	--
LN Omelet, Cheddar Cheese	130	1g	D	--	--	E	--	--
French Toast Stix (2ea)	140	19g	--	S	W	E	--	--
Warm Blueberry Compote	55	13g	--	--	--	--	--	--
<i>Potato, Triangles</i>	195	26g	--	--	--	--	--	--
<i>Apple, Hot Spiced</i>	50	10g	--	S	--	--	--	--
Thursday 03/08/18								
BK Cereal								
<i>Banana, fresh</i>	110	30g	--	--	--	--	--	--
LN Cheese Dippers (2ea)	300	30g	D	S	W	E	--	--
<i>Marinara Dipping Sauce, Portion</i>	36	6g	--	--	--	--	--	--
<i>Corn, Sweet Kernel</i>	36	9g	--	--	--	--	--	--
<i>Orange, Fresh</i>	42	10g	--	--	--	--	--	--
Friday 03/09/18								
BK Crunchmania								
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
LN Fish Sandwich	330	42g	--	S	W	E	F	--
<i>Baked Potato</i>	171	25g	--	S	--	--	--	--
<i>Applesauce, Portion Cup</i>	56	14g	--	--	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
Monday 03/12/18								
BK Turkey Ham & Cheese Slider	186	27g	D	S	W	--	--	--
<i>Strawberry, Indv. Cup</i>	90	22g	--	--	--	--	--	--
LN Pizza, Cheese	300	33g	D	S	W	--	--	--
Pizza, Pepperoni	337	33g	D	S	W	--	--	--
<i>Green Beans, Seasoned</i>	10	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Mandarin Oranges</i>	40	11g	--	--	--	--	--	--
Tuesday 03/13/18								
BK Pancake, Mini Maple	220	36g	D	--	W	E	--	--
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
LN Ravioli, Mini Cheese	385	47g	D	--	W	E	--	--
Breadstick	90	15g	D	S	W	E	--	--
<i>Broccoli, Fresh Steamed</i>	9	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Strawberry Parfait</i>	178	39g	D	S	--	--	--	--
Wednesday 03/14/18								
BK Breakfast Pizza	240	31g	D	S	W	--	--	--
<i>Banana, Fresh</i>	110	30g	--	--	--	--	--	--
LN Mac & Cheese	218	24g	D	--	W	E	--	--
Roll	160	30g	D	S	W	--	--	--
<i>Pinto Beans, Seasoned</i>	51	9g	--	--	--	--	--	--
<i>Peaches, Diced</i>	60	14g	--	--	--	--	--	--
Thursday 03/15/18								
BK Cereal								
<i>Peaches, Indv. Cup</i>	80	19g	--	--	--	--	--	--
LN Blue-B-Q Roasted Chicken	275	11g	--	--	--	--	--	--
Roll	160	30g	D	S	W	--	--	--
<i>Sweet Potatoes, Roasted</i>	59	12g	--	--	--	--	--	--
<i>Orange, Fresh</i>	42	10g	--	--	--	--	--	--
Friday 03/16/18								
BK Muffin, Blueberry	250	41g	D	S	W	E	--	--
<i>Applesauce, Indv. Cup</i>	51	14g	--	--	--	--	--	--
LN Nachos, Queso	263	23g	D	--	--	--	--	--
Nachos, Beef & Queso	284	24g	D	--	--	--	--	--
Nachos, Beef	246	24g	--	--	--	--	--	--
<i>Fiesta Black Beans</i>	51	9g	--	--	--	--	--	--
<i>Pears, Diced</i>	30	8g	--	--	--	--	--	--

Pre-K CARB AND ALLERGEN SCHOOL MENU

ALLERGEN LEGEND	
D-DAIRY	E-EGG
S-SOY	F-FISH
W-WHEAT	T-TREE NUTS*

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
Monday 03/19/18								
BK Biscuit, Chicken	220	29g	D	S	W	--	--	--
<i>Strawberry, Indv. Cup</i>	90	22g	--	--	--	--	--	--
LN Pizza, Cheese	300	33g	D	S	W	--	--	--
Pizza, Pepperoni	337	33g	D	S	W	--	--	--
<i>Corn, Sweet Kernel</i>	36	9g	--	--	--	--	--	--
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
Tuesday 03/20/18 BRUNCH 4 LUNCH								
BK Cereal								
<i>Craisins</i>	110	28g	--	--	--	--	--	--
LN Chicken Nuggets	186	13g	--	S	W	--	--	--
Waffles, Mini Cinnamon	200	35g	D	S	W	E	--	--
<i>Sweet Potato Baked Fries</i>	160	23g	--	--	--	--	--	--
<i>Apple, Hot Spiced</i>	50	10g	--	S	--	--	--	--
Wednesday 03/21/18								
BK Waffles, Mini Cinnamon	200	35g	D	S	W	E	--	--
<i>Peaches, Indv. Cup</i>	80	19g	--	--	--	--	--	--
LN Cheese Dippers (2ea)	300	30g	D	S	W	E	--	--
Marinara Dipping Sauce, Portion	36	6g	--	--	--	--	--	--
<i>Broccoli, Fresh Steamed</i>	9	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Banana, Fresh</i>	110	30g	--	--	--	--	--	--
Thursday 03/22/18								
BK Cereal								
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
LN Hamburger	270	26g	--	S	W	--	--	--
Cheeseburger w/American	305	27g	D	S	W	--	--	--
<i>Baked Beans, Brown Sugar</i>	70	15g	--	--	--	--	--	--
<i>Blueberry Parfait</i>	110	21g	D	S	--	--	--	--
Friday 03/23/18								
BK Muffin, Chocolate Chip								
<i>Applesauce, Indv. Cup</i>	51	14g	--	--	--	--	--	--
LN Mac & Cheese	218	24g	D	--	W	E	--	--
Roll	160	30g	D	S	W	--	--	--
<i>Green Beans, Seasoned</i>	10	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Applesauce, Portion Cup</i>	56	14g	--	--	--	--	--	--

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
Monday 03/26/18								
BK Bagel, Sausage & Cheese	235	26g	D	S	W	--	--	--
<i>Peaches, Indv. Cup</i>	80	19g	--	--	--	--	--	--
LN New Orleans Chicken	154	15g	--	S	W	--	--	--
Lo Mein (1/2 Cup)	134	26g	--	S	W	--	--	--
<i>Broccoli, Fresh Steamed</i>	9	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Apple, Slices, Fresh</i>	31	8g	--	--	--	--	--	--
Tuesday 03/27/18								
BK Banana Bread	280	47g	D	S	W	E	--	--
<i>Applesauce, Indv. Cup</i>	51	14g	--	--	--	--	--	--
LN Chicken Filet Sandwich	404	41g	--	S	W	--	--	--
<i>Mashed Potatoes</i>	42	9g	D	--	--	--	--	--
<i>Pineapple Tidbits</i>	37	10g	--	--	--	--	--	--
Wednesday 03/28/18								
BK French Toast	240	38g	D	S	W	E	--	--
<i>Craisins</i>	110	28g	--	--	--	--	--	--
LN BBQ Meatballs	295	27g	D	S	W	--	--	--
Rice (1/2 Cup)	126	25g	--	--	--	--	--	--
<i>Spinach, Fresh Steamed</i>	12	2g	--	--	--	--	--	--
<i>Peaches, Diced</i>	60	14g	--	--	--	--	--	--
Thursday 03/29/18								
BK Cereal								
<i>Banana, fresh</i>	110	30g	--	--	--	--	--	--
LN Yogurt/Cheese/Cheez-Its	300	29g	D	S	W	--	--	--
<i>Baked Beans, Brown Sugar</i>	70	15g	--	--	--	--	--	--
<i>Strawberry, Portion Cup</i>	90	23g	--	--	--	--	--	--
Friday 03/30/18								
HOLIDAY -- NO SCHOOL								

Menu Item Name	Cal	Carb	D	S	W	E	F	T
CEREAL								
Cereal, Cinn Chex	120	22g	--	--	--	--	--	--
Cereal, Rice Chex	100	24g	--	--	--	--	--	--
Cereal, Cinn Toast Crunch	110	22g	--	S	W	--	--	--
Cereal, Cheerios	100	20g	--	--	--	--	--	--
Crunchmania, Cinn Bun	220	37g	D	S	W	--	--	--
Crunchmania, Maple	210	37g	D	S	W	--	--	--
JUICE								
Juice, 4oz Apple	60	14g	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Fruit Punch	60	14g	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Grape	80	19g	--	--	--	--	--	--
Juice, 4oz Orange	60	14g	--	--	--	--	--	--
MILK								
Milk, 1% Plain	110	13g	D	--	--	--	--	--
SNACKS								
Cheez-It, Original .75oz	100	14g	D	S	W	--	--	--
Goldfish Cheddar .75oz	100	14g	D	--	W	--	--	--
Goldfish Giant Cinn Graham .9oz	120	19g	--	S	W	--	--	--
Honey Graham Crackers 3ct/pkg	90	17g	--	S	W	--	--	--
Zoo Animal Crackers 1oz	130	21g	--	S	W	--	--	--