

BREAKFAST

Reduced & Free - No charge
Paid 2.00 Adult 2.50

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
--------	---------	-----------	----------	--------

Have an opinion on school food? Experience first hand what goes on in the food services department. Come work for us! We are hiring food service substitutes. Contact Kim at kleung@goleta.k12.ca.us for more info!

Welcome Back & Happy New Year!

7 Hot Oatmeal & Toppings w/ String Cheese	8 Homemade Pumpkin Muffins	9 Pancakes & Maple Syrup (no HFCS)	10 Homemade Breakfast Burrito (egg & cheese)	11 Fruit Smoothie Assorted Cereal
14 Plain Bagel with Cream Cheese	15 Healthy Chocolate Zucchini Muffin	16 Chicken Sausage Breakfast Sandwich	17 Hot Oatmeal & Toppings with Egg	18 Sunshine Corndog (pancake & turkey sausage)
21 No School!	22 Homemade Blueberry Muffin	23 Pancakes & Maple Syrup (no HFCS)	24 Mini Frittata Bite Assorted Cereal	25 Fruit Smoothie Assorted Cereal
28 Plain Bagel with Cream Cheese	29 Healthy Chocolate Zucchini Muffin	30 Breakfast Sandwich* (ham & cheese on biscuit)	31 Hot Oatmeal & Toppings with Egg	Feb 1 Sunshine Corndog (pancake & turkey sausage)

Breakfast choices include assorted cereals, local and organic (when possible) fresh fruit or vegetable, and 1 percent or fat free milk.

Reach for the stars!

 Fruit/Vegetable

 Grain

 Milk



Take 3  's please!
1  must be a fruit or
vegetable

Kitchen Corner

Free/Reduced Meal applications at
gusd.schoollunchapp.com

Pay for school meals at
myschoolbucks.com

*contains pork

DESAYUNO

Gratis & precio reducido - Gratis

De pago 2.00 Adulto 2.50

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
-------	--------	-----------	--------	---------

Tiene una opinión sobre la comida en la escuela? Vea de primera mano lo que hacemos en el departamento de Servicios Alimenticios. ¡Trabaje con nosotros! Estamos contratando sustitutos para la cocina. ¡Póngase en contacto con Kim al kleung@goleta.k12.ca.us para más información!

¡Bienvenidos de nuevo! ¡Feliz año nuevo!

Avena huevo duro	7	Magdalena casera de calabaza	8	Panqueques con jarabe de arce puro	9	Burrito de desayuno de huevo y queso	10	Licuada de fruta Surtido de cereales	11
Bagel con queso crema	14	Magdalena saludable de chocolate y calabacín	15	Sándwich de desayuno de salchicha de pollo	16	Avena huevo duro	17	Salchicha de pavo envuelta en un panqueque	18
¡No hay clases!	21	Magdalena casera de arándano	22	Panqueques con jarabe de arce puro	23	Frittata de huevo Surtido de cereales	24	Licuada de fruta Surtido de cereales	25
Bagel con queso crema	28	Magdalena saludable de chocolate y calabacín	29	Sándwich de desayuno de jamón*& queso	30	Avena huevo duro	31	Salchicha de pavo envuelta en un panqueque	Feb 1

Las opciones para el desayuno incluyen surtido de cereales, fruta fresca y leche baja en grasa o desnatada

¡Alcanzar las estrellas!

★ Fruta o verdura

★ Grano

★ Leche



Tome 3 ★'s por favor!
1 ★ tiene que ser fruta o
verdura

Rincón de la cocina

Solicitud para comidas gratis/ o a
precio reducido
gusd.schoollunchapp.com

Pagar las comidas de la escuela en
myschoolbucks.com

*Contiene puerco