

BREAKFAST

Reduced & Free - No charge
Paid 1.50 Adult 2.25

Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday	
Breakfast choices include assorted cereals, local and organic (when possible) fresh fruit or vegetable, and 1 percent or fat free milk.				Nov 1		2		3	
		Homemade Pumpkin Muffin		Whole Grain Croissant with Pear Butter		Peachy Pear Smoothie			
6		7		8		9		10	
Hot Oatmeal & Toppings with Egg		Homemade Applesauce Muffin		Harvest Pumpkin Scone		Mini French Toast Sticks		No School Veteran's Day	
13		14		15		16		17	
Plain Bagel with Cream Cheese		Homemade Pumpkin Muffin		Warm Biscuit with Sausage Patty		Whole Grain Croissant with Pear Butter		Pumpkin Pie Smoothie	
Happy Thanksgiving (no school 20-24)									
27		28		29		30		Dec 1	
Hot Oatmeal & Toppings with Egg		Homemade Banana Muffin		Harvest Pumpkin Scone		Hot Pancakes & Maple Syrup		Strawberry Banana Smoothie	
4		5		6		7		8	
Plain Bagel with Cream Cheese		Homemade Pumpkin Muffin		Warm Biscuit with Sausage Patty		Whole Grain Croissant with Pear Butter		Blueberry Pear Smoothie	
11		12		13		14		15	
Hot Oatmeal & Toppings with Egg		Homemade Chocolate Muffin		Mini French Toast Sticks		Cranberry Orange Scone		Strawberry Pineapple Smoothie	
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!									

Reach for the stars!

 Fruit/Vegetable

 Grain

 Milk



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

Kitchen Corner

Free/Reduced Meal applications at
gusd.schoolsunchapp.com

Pay for school meals at
myschoolbucks.com

Contact hingram@goleta.k12.ca.us for more info!

*contains pork

DESAYUNO

Gratis & precio reducido - Gratis
De pago 1.50 Adulto 2.25

lunes		martes		miércoles		jueves		viernes	
Las opciones para el desayuno incluyen un surtido de cereales, fruta o verdura fresca local y ecológica cuando sea posible y leche baja en grasa o desnatada				Nov 1		2		3	
				Muffin casera de calabaza		Croissant integral con compota de pera		Licuado de durazno y pera	
6		7		8		9		10	
Avena caliente ingredientes a elegir y huevo		Muffin casera de puré de manzana		Panecito de calabaza de la cosecha		Palitos de tostada francesa		No hay clases Día del Veterano	
13		14		15		16		17	
Bagel con queso crema		Muffin casera de calabaza		Bollo caliente con salchicha		Croissant integral con compota de pera		Licuado de tarta de calabaza	
Feliz Día de Acción de Gracias no hay clases del 20 al 24									
27		28		29		30		Dic 1	
Avena caliente ingredientes a elegir y huevo		Muffin casera de plátano		Panecito de calabaza de la cosecha		Panqueques jarabe de arce		Licuado de fresa y plátano	
4		5		6		7		8	
Bagel con queso crema		Muffin casera de calabaza		Bollo caliente con salchicha		Croissant integral con compota de pera		Licuado de moras azules y pera	
11		12		13		14		15	
Avena caliente ingredientes a elegir y huevo		Muffin casera de chocolate		Palitos de tostada francesa		Panecito de calabaza de la cosecha		Licuado de fresa y piña	
<p>¿Tiene una opinión sobre la comida en la escuela? Vea de primera mano lo que pasa en el departamento de servicios alimenticios. ¡Venga a trabajar con nosotros! Estamos contratando sustitutos para la cocina. ¡Póngase en contacto con Kim al kleung@goleta.k12.ca.us para más información!</p>									

¡Alcanzar las estrellas!

★ Fruta/ o Verdura

★ Grano

★ Leche



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

Rincón de la cocina

Solicitud para comidas gratis o a precio reducido en
gusd.schoollunchapp.com
Pague las comidas en
myschoolbucks.com

¡Póngase en contacto con hingram@goleta.k12.ca.us para más información!

*contiene puerco