

# LUNCH



Reduced 0.40      Paid 3.00  
 A la carte Milk 0.25      Adult 3.50

Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday	
Lunch choices include fresh fruit and vegetables on a seasonal salad bar, and 1 percent or fat free milk. NONFAT CHOCOLATE MILK ON WEDNESDAYS				Nov 1		2		3	
				Orange Chicken Bowl & Honey Sesame Kale		BYOB (build-your-own-burger) & Potato		Pepperoni* or Cheese Pizza	
6		7		8		9		10	
Pasta & Meatballs with homemade sauce		Crispy Chicken Sandwich		Kid's Mac & Cheese (homemade with love)		Turkey Gravy over Mashed Potatoes		No School Veteran's Day	
12:00 Dismissal 13		12:00 Dismissal 14		12:00 Dismissal 15		12:00 Dismissal 16		12:00 Dismissal 17	
Chicken Corn Dog		Chicken Strips & Warm Biscuit		Chicken Tamale		Turkey Deli Sandwich on freshly baked bread		Cheese Pizza	
Happy Thanksgiving (no school 20-24)									
27		28		29		30		Dec 1	
Chicken Strips & Warm Biscuit		Nacho Supreme with homemade cheese sauce		Homemade Chicken Enchilada		Ham* or Turkey Deli Sandwich w/Cheez Its		Pepperoni* or Cheese Pizza	
4		5		6		7		8	
Pasta & Meatballs with homemade sauce		Chicken Parmesan & Breadstick		Kid's Mac & Cheese (homemade with love)		Chili Con Carne with Freshly Baked Cornbread		Pepperoni* or Cheese Pizza	
11		12		13		14		15	
Cheese or Chicken Tamale		Grilled Cheese & Tomato Dipping Sauce		Healthy Whole Grain Lasagna (beef)		BYOB (build-your-own-burger) & Potato		Pepperoni* or Cheese Pizza	

## Reach for the stars!

-  Fruit/Vegetable
-  Protein
-  Grain
-  Milk



Take 3 or more 's  
 1  must be a fruit or vegetable

## Kitchen Corner

Free/Reduced Meal applications at  
[gusd.schoollunchapp.com](http://gusd.schoollunchapp.com)

Pay for school meals at  
[myschoolbucks.com](http://myschoolbucks.com)

Email [hingram@goleta.k12.ca.us](mailto:hingram@goleta.k12.ca.us) for more info!

\*contains pork





Menu Subject to Change

# ALMUERZO



Precio reducido 0.40 De pago 3.00  
 Leche a la carta 0.25 Adulto 3.50

lunes		martes		miércoles		jueves		viernes	
Las opciones para el almuerzo incluyen frutas y verduras frescas en una barra de ensaladas de la temporada, y leche baja en grasa o desnatada LECHE DE CHOCOLATE LOS MIÉRCOLES				Nov 1 Tazón de pollo a la naranja & Repollo rizado con miel y ajonjolí		2 BYOB (armar tu propia hamburguesa) papa		3 Pizza de pepperoni* o queso	
6 Pasta con albóndigas con salsa casera		7 Sándwich de pollo crujiente		8 Macarrones con queso		9 Pavo Puré de papas		10 No hay clases Día del Veterano	
13 Hora de salida 12:00 Banderilla de pollo		14 Hora de salida 12:00 Tiritas de pollo & Bollo caliente		15 Hora de salida 12:00 Tamal de pollo		16 Hora de salida 12:00 Sándwich de pavo en pan recién horneado		17 Hora de salida 12:00 Pizza de queso	
Feliz Día de Acción de Gracias no hay clases del 20 al 24									
27 Tiritas de pollo & Bollo caliente		28 Nachos con salsa de queso casera		29 Enchilada de pollo casera		30 Sándwich de jamón* o pavo con Cheez Its		Dec 1 Pizza de pepperoni* o queso	
4 Pasta con albóndigas		5 Pollo parmesano Palito de pan		6 Macarrones con queso		7 Chili Con Carne con con pan de elote recién horneado		8 Pizza de pepperoni* o queso	
11 Tamal de pollo o queso		12 Sándwich tostado de queso con salsa de tomate para mojar		13 Lasaña de carne de res		14 BYOB (armar tu propia hamburguesa) papa		15 Pizza de pepperoni* o queso	

## ¡Alcanzar las estrellas!

-  Fruta o verdura
-  Proteína
-  Grano
-  Leche



Tome 3 o más   
 1  tiene que ser fruta o  
 verdura

## Rincón de la cocina

Solicitud para comidas gratis o a precio  
 reducido en  
[gusd.schoollunchapp.com](http://gusd.schoollunchapp.com)  
 Pague las comidas en  
[myschoolbucks.com](http://myschoolbucks.com)

¡Póngase en contacto con [hingram@goletak12.ca.us](mailto:hingram@goletak12.ca.us) para más información!

\*contiene puerco

Menú sujeto a cambio