



카페 아침식사 중학교와 고등학교용

매일 아침 식사 메뉴

아침 잡곡 샌드위치	칼로리 185-330
과일	29-129
100% 과일 주스	55-60
우유(선택할 것) [°]	80-120

식사 가격

가격	\$1.30
할인급식	\$0.00

아침 잡곡 샌드위치에는 다음이 포함될 수 있습니다:

치킨 햄+과 치즈	계란 패티와 치즈 [^]
치킨 햄+	소시지 패티*
계란 패티 [^]	소시지 패티*와 치즈

아침 샌드위치는 잡곡 스휠/과배기 롤 또는 잡곡 햄버거빵과 함께 제공됩니다.

[^]=고기 없는 채식식단 +닭고기 *돼지고기 WG=잡곡
[°] 우유는 무지방 흰우유, 무지방 향미우유 또는 1% 저지방 흰우유 중 선택할 수 있습니다.

매일 대체 메뉴가 준비되어 있습니다.
 자녀의 학교의 카페테리아 매니저에게 문의하십시오.

대체용 매일 아침 식사 메뉴

시리얼 불과 잡곡 토스트 [^]	칼로리 190-280
잡곡 시리얼 불과 요구르트 4 oz. [^]	160-190
잡곡 시리얼 파우치 [^]	200
잡곡 토스트 두 장과 마가린과 잼 [^]	240-338
잡곡 프렌치 토스트 스틱 [^] (시럽)	166-(406)
잡곡 그레놀라를 곁들인 작은 과일과 요구르트 파르페 [^]	239-260
잡곡 미니 팬케이크 [^] (시럽)	210-(450)
잡곡 베이글 [^] 과 크림치즈 또는 잼 [^]	170-240
잡곡 시나몬롤 [^]	240
잡곡 오트밀바와 요구르트 4 oz. [^]	240
잡곡 미니 베이글 [^] 과 크림치즈	240
잡곡 팬케이크 [^] (시럽)	210-(450)

아침 식사에는 4-5가지가 있습니다. 학생은 3-4개를 가지고 가게 되며 그 중 하나는 꼭 과일이나 주스를 선택해야 합니다.