

This menu is
subject
to change

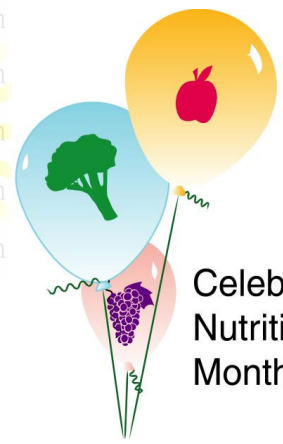
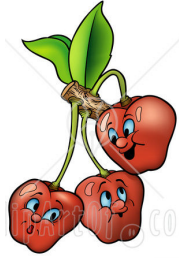
MARCH, 2010

Murphy School District #21

Milk is served
with all
meals



Celebrate
Nutrition
Month



Celebrate
Nutrition
Month

Regular Board Meeting
March 8, 2010 @ 6:30 p.m.

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>Scrambled Eggs and Ham Cereal Wheat Toast & Jelly Fruit Juice</p> <p>Day 4</p> <p>Manager's Choice</p> <p>1</p>	<p>Yogurt Cup Cereal Graham Crackers Pears</p> <p>Day 5</p> <p>Pepperoni Pizza Baked Potato & Trimmings French Fries Fresh Vegies and Ranch Dip Fresh Fruit</p> <p>2</p>	<p>Whole Wheat Bagel Cream Cheese Cereal Fruit Juice</p> <p>Day 6</p> <p>Spaghetti & Meat Sauce Baked Potato & Trimmings Wheat Dinner Roll Cherry Romaine Salad Fresh Fruit</p> <p>3</p> <p>Early Release</p>	<p>French Toast Sticks Cereal Syrup Peaches</p> <p>Day 1</p> <p>Turkey Taco Baked Potato & Trimmings Spanish Rice Lettuce & Tomato Pico de Gallo Fresh Fruit</p> <p>4</p>	<p>Egg & Cheese Burro Cereal Fruit Juice</p> <p>Day 2</p> <p>Vegetable Chili Baked Potato & Trimmings Cornbread Carrot & Raisin Salad Whole Wheat Sugar Cookie Fresh Fruit</p> <p>5</p>
<p>Cream of Wheat Cereal Wheat Toast & Jelly Banana</p> <p>Day 3</p> <p>Hamburger on a Bun Turkey & Cheese Sandwich Oven Fries Pickle Slices Fresh Fruit</p> <p>8</p>	<p>Pancake & Sausage Cereal Syrup Peaches</p> <p>Day 4</p> <p>Oven Baked Chicken Turkey & Cheese Sandwich Cheesy Potatoes Wheat Dinner Roll Mixed Vegetables Fresh Fruit</p> <p>9</p>	<p>Cocoa G-Force Bar Cereal Fruit Juice</p> <p>Day 5</p> <p>Toasted Ham & Cheese Sandwich Turkey & Cheese Sandwich Tater Tots Jello with Fruit</p> <p>10</p> <p>Early Release</p>	<p>Egg & Sausage Burro Cereal Salsa Applesauce</p> <p>Day 6</p> <p>Turkey A La King over Rice Turkey & Cheese Sandwich Garden Salad & Dressing Fresh Fruit</p> <p>11</p>	<p>Blueberry Oatmeal Muffin Cereal Orange Smiles</p> <p>Day 1</p> <p>Bean & Cheese Burro Turkey & Cheese Sandwich Salsa Corn Fresh Fruit</p> <p>12</p>
<p>15</p>	<p>16</p>	<p>SPRING BREAK</p>		<p>19</p>
<p>Egg & Cheese on an English Muffin Cereal Cantaloupe</p> <p>Day 2</p> <p>Red Cheese Enchiladas Cheese Crisp Salsa Spanish Rice Lettuce & Tomato Fresh Fruit</p> <p>22</p>	<p>Waffle & Syrup Cereal Fruit Juice</p> <p>Day 3</p> <p>Chicken Philly Sandwich Cheese Crisp Salsa Twister Fries Fresh Fruit</p> <p>23</p>	<p>Egg & Cheese Burro Cereal Salsa Peaches</p> <p>Day 4</p> <p>Turkey & Dressing Cheese Crisp Salsa Green Beans Fresh Fruit</p> <p>24</p> <p>Early Release</p>	<p>Cinnamon Roll Cereal Fruit Juice</p> <p>Day 5</p> <p>BBQ Turkey on a Bun Cheese Crisp Salsa French Fries Coleslaw Fresh Fruit</p> <p>25</p>	<p>Oatmeal Cereal Wheat Toast & Jelly Apple Wedges</p> <p>Day 6</p> <p>Stuffed Shells in Marinara Cheese Crisp Salsa Wheat Dinner Roll Broccoli Fresh Fruit</p> <p>26</p>
<p>Pancake with Syrup Cereal Honeydew Melon</p> <p>Day 1</p> <p>Lasagna PB & Jelly Sandwich Garlic Breadstick Cherry Romaine Salad Fresh Fruit</p> <p>29</p>	<p>Egg & Sausage Burro Cereal Salsa Fruit Juice</p> <p>Day 2</p> <p>Cheese Crisp PB & Jelly Sandwich Chicken Enchilada Soup Salsa Lettuce & Tomato Fresh Fruit</p> <p>30</p>	<p>Sweet Potato Bread Cereal Applesauce</p> <p>Day 3</p> <p>Macaroni & Cheese with Ham PB & Jelly Sandwich Wheat Dinner Roll Green Beans Fresh Fruit</p> <p>31</p> <p>Early Release</p>	<p>"The United States Department of Agriculture (USDA) prohibits discrimination in all its programs and activities on the basis of race, color, national origin, gender, religion, age, disability, political beliefs, sexual orientation, and marital or family status (Not all prohibited apply to all programs.) Persons with disabilities who require alternative means for communication of program information (Braille, large print, audiotape, etc.) should contact USDA's TARGET Center at (202) 720-2600 (voice and TDD). To file a complaint of discrimination, write USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326 W. Whitton Bldg, 14th and Independence Avenue, SW, Washington D.C. 20250-9410 or call (202) 720-5964 (voice and TDD). USDA is an equal opportunity provider and employer."</p>	

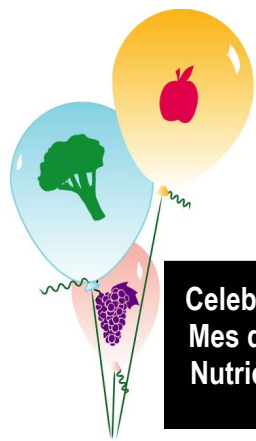
PRE-REGISTRATION
FOR HEADSTART CLASSES
602-353-5181

Este menu es
sujeto a
cambios

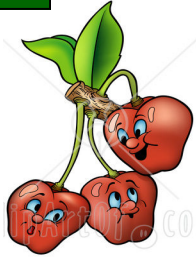
MARZO, 2010

Escuelas de Murphy

Leche se sirven
con todas las
comidas



Celebra el
Mes de la
Nutricion







¡La
Buena
Nutrición
Paga
Bien!



Celebra el
Mes de la
Nutricion

Junta De La Mesa Directiva
8 de Marzo, 2010 @ 6:30 p.m.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Huevos con Jamon Dia 4 Cereal Pan Tostado con Jalea Jugo de Fruta Especial de la Casa	Yogur con Fruta Dia 5 Cereal Galleta de Canela Peras Pizza Papa con Queso Papitas Vegetales Fruta	Bagel Dia 6 Crema de Queso Cereal Jugo de Fruta Macarron con Carne Papa con Queso Pan de Trigo Ensalada con Cerezas Fruta	Pan Frances Tostado Dia 1 Cereal Duraznos Taco de Pavo Papa con Queso Arroz Lechuga con Tomate Pico de Gallo Fruta	Burro de Huevos con Dia 2 Queso Cereal Jugo de Fruta Sopa con Vegetales y Frijoles Papa con Queso Pan de Maiz Ensalada de Zanahorias Galleta Fruta
Avena Dia 3 Cereal Pan Tostado con Jalea Platano Hamburguesa Sandwiche de Pavo Papitas Picle Fruta	Pancake con Dia 4 Salchicha Cereal Duraznos Pollo Sandwiche de Pavo Papas con Queso Pan de Trigo Vegetales Fruta	Postre de Cacahuates Dia 5 Cereal Jugo de Fruta Sandwiche de Jamon con Queso Sandwiche de Pavo Papitas Gelatina con Fruta	Burro de Huevos con Dia 6 Salchicha Cereal Salsa Pure de Manzana Pavo con Vegetales y Arroz Sandwiche de Pavo Ensalada Fruta	Postre de Arandanos Dia 1 Cereal Naranjas Burro de Frijoles con Queso Sandwiche de Pavo Salsa Maiz Fruta
  15	VACACIONES DE PRIMAVERA			  19
Pan Ingles Tostado Dia 2 con Huevos y Queso Cereal Melon Enchilada de Queso Quesadilla Salsa Arroz Lechuga con Tomate Fruta	Waffle Dia 3 Cereal Jugo de Fruta Sandwiche de Pollo Quesadilla Salsa Papitas Fruta	Burro de Huevos con Dia 4 Queso Cereal Salsa Duraznos Pavo Quesadilla Salsa Ejotes Fruta	Postre de Canela Dia 5 Cereal Jugo de Fruta Sandwiche de Pavo de Barbecoa Quesadilla Salsa Papitas Ensalada Fruta	Avena Dia 6 Cereal Pan Tostado con Jalea Manzana Macarron con Carne Quesadilla Salsa Pan de Trigo Brocoli Fruta
Pancake Dia 1 Cereal Melon Macarron con Carne Sandwiche de Crema de Cacahuete y Jalea Pan de Ajo Ensalada con Cerezas Fruta	Burro de Huevos con Dia 2 Salchicha Cereal Salsa Jugo de Fruta Quesadilla Sandwiche de Jalea con Crema de Cacahuete Sopa de Enchilada de Pollo Lechuga con Tomate Fruta	Pan de Papa Dulce Dia 3 Cereal Pure de Manzana Macarron con Queso y Jamón Sandwiche de Jalea con Crema de Cacahuete Pan de Trigo Ejotes Fruta	"El Departamento de Agricultura de los EE, UU. (USDA, siglas en ingles) prohíbe la discriminación en todos sus programas y actividades a base de raza, color, origen, nacional, genero, religion edad, impedimentos, credo politico, orientación sexual, estado civil o familiar. (No todas las bases de prohibición aplican a todos los programas.) Personas con impedimentos que requieran medios alternativos de comunicación para obtener información acerca de los programas (Braille, tipografía agrandada, cintas de audio, etc.) deben ponerse en contacto con el Centro TARGET de USDA, llamando al (202) 720-2600 (voz y TDD). Para presentar una queja sobre discriminación, escriba a USDA, Director, Office of Civil Rights, Room 326-W, Whitten Building, 14th and Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410, o llame al (202) 720 5964 (voz y TDD). USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual a todos."	

**Matricula para el Programa
Headstart Murphy
602-353-5181**