

Offered daily: Whole Wheat Bread, Fresh Mini Bagels, Salad Bar, Tuna Salad, Hard Boiled Eggs.

Spreads: Meat Days – Jelly & SunButter.
Dairy Days – Cream Cheese, Butter, Yogurt and sliced American Cheese.

Milk is provided on all dairy days חלב
Water is provided on all meat days מיץ



MENU October 2018

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
1 	2 	3 Shwarma / שווארמה Basmati Rice / אורז בסמטי Israeli Salad / סלט ישראלי Fresh Hummus / חומוס Fresh Fruit / פרי	4 Penne Vodka / פסטה ברוטב וודקה Peas / אפונה Sweet Potato Hash / בטטה Cottage Cheese / גבינה רכה Fresh Fruit / פרי	5 Egg Salad/Tuna Salad/Cheese/ Cream Cheese Sandwiches כריך טונה/ביצים/גבינה Vegetable Sticks / ירקות טריים Fresh Fruit / פרי
8 BBO Chicken / עוף בגריל Basmati Rice / אורז בסמטי Broccoli / ברוקולי Cauliflower / כרובית Fresh Fruit / פרי	9 Pizza / פיצה Caesar Salad / סלט Fresh Fruit / פרי	10 Beef Lo Mein / Roasted Mushrooms & Sugar Snap Peas / פטריות קלויים וסוכר אפונה Spaghetti / ספגטי Fresh Fruit / פרי	11 Fish Sticks / מקלות דג Roasted Carrots / גזרים קלויים Mashed Potatoes / תפוחי אדמה Fresh Fruit / פרי	12 Egg Salad/Tuna Salad/Cheese/ Cream Cheese Sandwiches כריך טונה/ביצים/גבינה Vegetable Sticks / ירקות טריים Fresh Fruit / פרי
15 Meatballs and Spaghetti / קציצות בשר וספגטי Popcorn Cauliflower / כרובית Fresh Fruit / פרי	16 Pizza / פיצה Caesar Salad / סלט Fresh Fruit / פרי	17 Grilled Chicken / עוף בגריל Roasted Vegetables / ירקות קלויים Quinoa Tabbouleh / קינואה טאבלה Fresh Fruit / פרי	18 Baked Macaroni and Cheese / פסטה בגבינה Green Beans / שעועית ירוקה Fresh Fruit / פרי	19 Egg Salad/Tuna Salad/Cheese/ Cream Cheese Sandwiches כריך טונה/ביצים/גבינה Vegetable Sticks / ירקות טריים Fresh Fruit / פרי
22 Chicken Nuggets / שניצלונים Hash Browns / תפוחי אדמה Steamed Broccoli / ברוקולי מאודה Fresh Fruit / פרי	23 Pizza / פיצה Caesar Salad / סלט Fresh Fruit / פרי	24 Hamburgers / המבורגר Cole Slaw / סלט כרוב Spicy Fries / צ'יפס Fresh Fruit / פרי	25 French Toast / לחם מטוגן Tater Tots / תפוחי אדמה Yogurt, Berries, Granola / יוגורט, פירות יער, גרנולה Cottage Cheese / גבינה רכה Fresh Fruit / פרי	26 Egg Salad/Tuna Salad/Cheese/ Cream Cheese Sandwiches כריך טונה/ביצים/גבינה Vegetable Sticks / ירקות טריים Fresh Fruit / פרי
29 Beef Tacos / טאקו עם בשר Spanish Rice / אורז Roasted Corn / טירס צלוי Fresh Fruit / פרי	30 Pizza / פיצה Caesar Salad / סלט Fresh Fruit / פרי	31 Turkey Hoagies / כריך בשר Corn on the Cob / טירס Potato Salad / בטטה Fruit / פרי		