




Janvier

PETIT-DÉJEUNER PRIMAIRE



Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
AUTRES OPTIONS POUR LE PETIT-DÉJEUNER				
Toast croustillant à la cannelle, cheerios ou flocons givrés et Goldfish Grahams ou yogourt crémeux Dannon à la framboise ou à la cerise et Goldfish Grahams ou bagel de petit déjeuner Tony's à la mozzarella et aux œufs	Trix, Pâte à Cacao ou Mini Wheats et Goldfish Grahams ou Smoothie à la mangue Dannon et Goldfish Grahams ou Burrito de petit-déjeuner du Sud-Ouest	Toast croustillant à la cannelle, Cheerios ou Frosties et Goldfish Grahams ou Yogourt crémeux à la framboise ou à la cerise Dannon et Goldfish Grahams ou Pochette de petit déjeuner au jambon et au fromage à la dinde	Trix, Pâte à café ou Mini Wheats et Goldfish Grahams ou Smoothie aux fraises Dannon et Goldfish Grahams ou Sandwich à la saucisse de poulet et aux gaufres à l'érable	Toast croustillant à la cannelle, Cheerios ou Frosties et Grahams Goldfish ou Yogourt crémeux aux framboises ou aux cerises Dannon et Grahams Goldfish ou Bâtonnets de pain doré
MENU DU JOUR				
2 	3 *Crunchmania Grahams à la cannelle Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	4 Flocons d'avoine à la banane et aux pépites de chocolat Pomme ronde locale Jus d'orange pur 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	5 Rouleau à la cannelle Hadley Farms Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	6 Barre de pain grillé à la cannelle fourrée et croustillante Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté
9 Mini crêpes aux fraises Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	10 Pain à la citrouille Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou chocolaté	11 Bouchées de petit-déjeuner glacées Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	12 Pain de mie aux pépites de chocolat Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	13 Texas Toast aux pommes et à la cannelle Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté
16 	17 Grahams Crunchmania à la cannelle Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	18 Flocons d'avoine à la banane et aux pépites de chocolat Pomme ronde locale Jus d'orange pur 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	19 Rouleau à la cannelle Hadley Farms frais Orange Jus d'orange 100% Lait blanc ou chocolaté	20 Barre de pain grillé à la cannelle fourrée et croustillante Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté
23 Mini crêpes aux myrtilles Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	24 Pain à la citrouille Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou chocolaté	25 Bouchées de petit-déjeuner glacées Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	26 Pain de mie aux pépites de chocolat Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	27 

*Le 3 décembre, Crunchmania et les céréales seront les seules entrées disponibles en raison de problèmes d'approvisionnement.

Pour consulter le menu le plus à jour, les allergènes alimentaires et les informations nutritionnelles, veuillez visiter schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS Chaque déjeuner comprend une entrée, deux fruits, deux légumes et du lait. •Le menu est susceptible d'être modifié. • Cette institution est garante de l'égalité des chances.



Janvier

PETIT DÉJEUNER SECONDAIRE



Lun

Mar

Mer




Jeu

Ven

OPTIONS QUOTIDIENNES À EMPORTER

Variété de pains sucrés pour le petit-déjeuner • bols de céréales • Grahams Crunchmania • Fromage à effilocheur Mozzarella • Pâtisseries pour le petit-déjeuner • Smoothies - Yogourt Dannon

MENU DU JOUR

2	3	4	5	6
	*Céréales ou Crunchmania Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Petit-déjeuner à la dinde, au jambon et au fromage Pomme locale de poche Jus d'orange à 100 % Lait blanc ou chocolaté écrémé	saucisses de poulet et Sandwich aux gaufres à l'érable Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Bâtonnets de pain perdu Pomme locale Jus d'orange à 100% Lait blanc écrémé ou chocolaté
9	10	11	12	13
Bagel de petit déjeuner aux œufs et à la mozzarella de Tony Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	Burrito petit-déjeuner du sud-ouest Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Pochette déjeuner dinde, jambon et fromage Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	Sandwich à la saucisse de poulet et aux gaufres à l'érable Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Bâtonnets de pain perdu Pomme locale Jus d'orange à 100% Lait blanc écrémé ou chocolaté
16	17	18	19	20
	Burrito petit-déjeuner du sud-ouest Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Pochette déjeuner dinde, jambon et fromage Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	Sandwich à la saucisse de poulet et aux gaufres à l'érable Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Bâtonnets de pain perdu Pomme locale Jus d'orange à 100% Lait blanc écrémé ou chocolaté
23	24	25	26	27
Bagel de petit déjeuner aux œufs et à la mozzarella de Tony Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	Burrito petit-déjeuner du sud-ouest Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	Pochette déjeuner dinde, jambon et fromage Pomme locale Jus d'orange pur à 100% Lait blanc écrémé ou lait chocolaté	Sandwich à la saucisse de poulet et aux gaufres à l'érable Orange fraîche Jus d'orange pur à 100% Lait blanc ou chocolaté écrémé	

Les mardis et jeudis, les étudiants peuvent recevoir un Moka menthe poivrée GRATUIT lorsqu'ils choisissent un petit-déjeuner complet !

*Le 3 décembre, Crunchmania et les céréales seront les seules entrées disponibles en raison de problèmes d'approvisionnement.

Pour consulter le menu le plus à jour, les allergènes alimentaires et les informations nutritionnelles, veuillez visiter schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS Chaque déjeuner comprend une entrée, deux fruits, deux légumes et du lait. •Le menu est susceptible d'être modifié. • Cette institution est garante de l'égalité des chances.



Janvier

DÉJEUNER ÉLÉMENTAIRE

2023

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
-----	-----	-----	-----	-----


AUTRES POSSIBILITÉS D'ENTRÉE

Fromage à effiloquer Smucker's Uncrustable avec mozzarella et bretzels Goldfish ou Mini Corn Dogs	Boîte de Bento à la dinde, Poppers de poulet panés et croustillants, ou Tyson Hot 'n Spicy Ailes désossées	Salade d'entrée Cobb , avec bretzel mou, ou burger au fromage grillé	Sandwich Club à la dinde, Sandwich au poulet croustillant Tyson, ou Sandwich au poulet épicé Tyson	Smucker's Uncrustable avec yogourt et granola, ou Pizza
--	---	---	---	--



FRUITS ET LÉGUMES FRAIS DE LA SEMAINE

MENU DU JOUR

2 	3 Bœuf Split Top Pepperoni Calzone Légumes mélangés, boisson glacée VegBlend Cherry Smooth, coupe de fruits à la fraise, coupe de compote de pommes	4 Pilon de poulet Tyson à la maison avec muffin au pain de maïs sucré Ronds de pommes de terre dorés au four, Coupe de fruits à la pêche, Raisins secs.	5 Coney au fromage et au chili Haricots verts cuits à la mode du Sud, coupe de fruits à baies mélangées, canneberges séchées	6 Sandwich au fromage fumé Soupe crémeuse à la tomate, tranches de pomme, orange fraîche
9 Filets de poulet panés avec gaufre Eggoji de Kellogg Frites croustillantes, coupe de compote de pommes réfrigérée	10 Mini hot-dog avec macaroni au fromage crémeux Quartiers de patates douces, coupe de fruits à la fraise	11 Poulet à l'orange mandarine et riz à long grain de Yangs Pois verts, Coupe de fruits à l'abricot	12 Spaghetti au chili de Cincinnati avec des craquelins d'huîtres Mélange de légumes des champs, coupe de fruits aux baies mélangées	13 Bâtonnets de mozzarella panés et mini raviolis au fromage Haricots verts cuits à la mode du Sud, tranches de pommes
16 	17 Nachos au bœuf et au fromage avec chips tortilla Tostitos Bush's Taco Fiesta Haricots noirs, coupe de fruits à la fraise	18 Pilon de poulet Tyson à la maison avec muffin au pain de maïs sucré Purée de pommes de terre croustillante en forme d'Emoji, Coupe de fruits à la pêche	19 Coney au fromage de Cincinnati avec craquelins d'huître Carottes en morceaux, coupe de fruits aux baies mélangées	20 Burrito aux haricots et au fromage Los Cabos Maïs doré sucré, tranches de pomme
23 Rôti de viande Petit pain mou à grains entiers Purée de pommes de terre maison, coupe de compote de pommes réfrigérée	24 Taco mou au bœuf et au fromage Salsa locale aux pommes et au miel Bush's Taco Fiesta Haricots noirs, coupe de fruits à la fraise	25 Poulet Teriyaki BBQ de Yangs et riz à grains longs Flocons de brocoli cuits à la vapeur, coupe de fruits à l'abricot	26 Spaghetti au chili de Cincinnati avec des craquelins d'huîtres Légumes mélangés, coupe de fruits aux baies mélangées	27 

Flocons de brocoli Pampleousse

Pousses d'épinards Poire





Sucrerie locale Bâtonnets de pommes de terre Kiwi



Janvier

DÉJEUNER SECONDAIRE

2023

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	
AUTRES POSSIBILITÉS D'ENTRÉE					 <p>Choisissez un repas complet dans notre gamme de services et vous pouvez acheter un Smucker's Uncrustable pour seulement 1,00 \$!</p>
poitrine de dinde et Entrée salade au cheddar, Club Sub, sandwich au poulet épicé Tyson ou pizza Wild Mike's.	Salade d'entrée Cobb, Double Smucker's Uncrustables, Filets de poulet panés et gaufre Eggoji de Kellogg, ou Burritos	Salade d'entrée aux tacos et chips Tostitos, parfait aux fruits et au yogourt, ou ailes de poulet Tyson	Salade de poulet buffalo épicé, Double Smucker's Uncrustables, Cuisse de poulet panée croustillante, Chili de Cincinnati à 3 voies, ou Coney au fromage	Salade d'entrée BLT, Wrap au poulet Buffalo épicé, sandwich au poulet croustillant Tyson ou pizza Wild Mike's.	
FRUITS ET LÉGUMES					FRUITS FRAIS ET LÉGUMES DE LA SEMAINE
Compote de pommes fraîche, frites croustillantes et morceaux de carottes	Coupe de fruits à la fraise Flocons de brocoli cuits à la vapeur Mais doré sucré	Coupe de fruits à la pêche Quartiers de patate douce assaisonnés Céleri croquant	Coupe de fruits aux baies mélangées Rondelles de pommes de terre dorées Haricots verts cuits au sud	Tranches de pommes Soupe de légumes de Frisch Verts cuisinés à l'ancienne	
MENU DU JOUR					
2 	3 Boulettes asiatiques au chili doux ou General Tso	4 Pizza au fromage ou Pepperoni	5 Poulet à l'orange mandarine et riz à long grain de Yangs	6 Sandwich croustillant au poisson et au fromage de colin d'Alaska Feedback Friday : Doritos	
9 Burrito de bœuf râpé Los Cabos Chili Colorado	10 Penne avec boulettes de poulet dans une sauce Alfredo	11 Pizza au fromage ou Pepperoni	12 Poulet Teriyaki BBQ de Yangs et riz à grains longs	13 Fondant de fromage Pepper Jack Ciabatta Feedback Friday : Gâteaux de riz au caramel	Flocons de brocoli Pamplemousse
16 	17 Boulettes asiatiques au chili doux ou General Tso	18 Pizza au fromage ou Pepperoni	19 Poulet à l'orange mandarine et riz à long grain de Yangs	20 Sandwich croustillant au poisson et au fromage de colin d'Alaska Feedback Friday : Raisins secs Sun-Maid à la pastèque	Pousses d'épinards Poire
23 Burrito de bœuf râpé Los Cabos Chili Colorado	24 Penne avec boulettes de poulet dans une sauce Alfredo	25 Pizza au fromage ou Pepperoni	26 Poulet Teriyaki BBQ de Yangs et riz à grains longs	27 	Sucrierie locale Bâtonnets de pommes de terre Kiwi

Pour consulter le menu le plus à jour, les allergènes alimentaires et les informations nutritionnelles, veuillez visiter schoolcafe.com/CINCINNATIPUBLICSCHOOLS
 Chaque déjeuner comprend une entrée, deux fruits, deux légumes et du lait. • Le menu est susceptible d'être modifié. • Cette institution est garante de l'égalité des chances.

