



# Welcome to our Breakfast Cafe

## Lawrence Early Childhood Center #4

# March 2022

The USDA has approved FREE breakfast and lunch for all students attending schools on the NSLP/SBP for the 2021-2022 school year. Menu selections may vary from those on the menu due to the COVID related impact on production, distribution and delivery.

### Monday

**FUEL YOUR DAY THE RIGHT WAY. EAT A HEALTHY BREAKFAST!**

### Tuesday

### Wednesday

### Thursday

### Friday

1 Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Apple

2 Red. Sugar Cinnamon Toast Crunch Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Orange

3 Red. Sugar Cocoa Puffs Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Grapes

4 Fruity Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Banana

7 Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Pear

8 Yogurt Breakfast Pack   
*yogurt served with a whole grain side and fruit*   
Fresh Apple

9 Red. Sugar Cinnamon Toast Crunch Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Orange

10 Red. Sugar Cocoa Puffs Cereal   
Graham Crackers  
Organic Applesauce

11 WG Chocolate Chip Muffin   
100% Apple Juice

14 Fruity Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Pear

15 Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Apple

16 Red. Sugar Cinnamon Toast Crunch Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Orange

17 Red. Sugar Cocoa Puffs Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Banana

18 WG Chocolate Chip Muffin   
Orange Juice

21 Fruity Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Pear

22 Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Apple

23 Red. Sugar Cinnamon Toast Crunch Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Orange

24 Red. Sugar Cocoa Puffs Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Banana

25 WG Chocolate Chip Muffin   
Fresh Grapes

28 Fruity Cheerios Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Pear

29 Yogurt Breakfast Pack   
Fresh Red Delicious Apple

30 Red. Sugar Cinnamon Toast Crunch Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Orange

31 Red. Sugar Cocoa Puffs Cereal   
Graham Crackers  
Fresh Banana



Whitsons is Simply Rooted® in food and family, and our menus are nutritious and flavorful. Check out our mobile menu at [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) or download FD MealPlanner free of charge, from the App Store or Google Play, and view your menu on your mobile device anywhere.



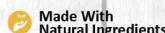
### Breakfast Prices

Regular: \$0.00  
Free & Reduced No Charge  
Adult Breakfast \$2.71 + tax  
Breakfast is served in the classroom

### Available Daily

4oz yogurt w/cheese stick, fruit & grain,  
Assorted Cereals: WG Cinnamon Toast Crunch, WG Fruity Cheerios WG Cheerios WG, Coco Puffs. Cereals served with WG honey graham crackers,  
All meals are served with 1% white or fat free milk,  
100% Juice and fresh fruits

If you have any questions or would like additional information regarding this



\*Consuming raw or under cooked meat, poultry, seafood, shellfish or eggs may increase your risk of food borne illness, especially if you have certain medical conditions. Menu is subject to change, notice posted when available. This institution is an equal opportunity provider.



# Bienvenido a Nuestro Desayuno

## Lawrence Early Childhood Center #4

# Marzo 2022

El USDA ha aprobado desayuno y almuerzo gratis para todos los estudiantes de aquellas escuelas que pertenecen al NSLP/SBP para el año escolar 2021-2022. Las selecciones de menú pueden diferir de las enumeradas en el menú original debido al impacto relacionado con COVID en la producción, distribución y entrega de ingredientes.

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**ENERGIA TU  
DIA. COMIENDO  
UN DESAYUNO  
SALUDABLE!**

1 Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Manzana Fresca

2 Cinnamon Toast  
Crunch  
Galletas de Vainilla  
Naranja Fresca

3 Cereal Cocoa Puffs  
Bajo en Azúcar  
Galletas de Vainilla  
Uvas Rojas

4 Cereal Integral de  
Frutas Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Banana Fresca

7 Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Pera Frescas

8 Yogur servido con  
grano entero y fruta  
*Yogur servido con grano entero  
y fruta*  
Manzana Fresca

9 Cinnamon Toast  
Crunch  
Galletas de Vainilla  
Naranja Fresca

10 Cereal Cocoa Puffs  
Bajo en Azúcar  
Galletas de Vainilla  
Pure de Manzana  
Orgánica

11 Molette de Chocolate  
Jugo de Manzana

14 Cereal Integral de  
Frutas Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Pera Frescas

15 Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Manzana Fresca

16 Cinnamon Toast  
Crunch  
Galletas de Vainilla  
Naranja Fresca

17 Cereal Cocoa Puffs  
Bajo en Azúcar  
Galletas de Vainilla  
Banana Fresca

18 Molette de Chocolate  
Jugo de Naranja

21 Cereal Integral de  
Frutas Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Pera Frescas

22 Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Manzana Fresca

23 Cinnamon Toast  
Crunch  
Galletas de Vainilla  
Naranja Fresca

24 Cereal Cocoa Puffs  
Bajo en Azúcar  
Galletas de Vainilla  
Banana Fresca

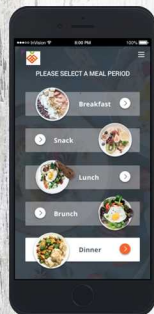
25 Molette de Chocolate  
Uvas Rojas

28 Cereal Integral de  
Frutas Cheerios  
Galletas de Vainilla  
Pera Frescas

29 Yogur servido con  
grano entero y fruta  
Manzana Fresca

30 Cinnamon Toast  
Crunch  
Galletas de Vainilla  
Naranja Fresca

31 Cereal Cocoa Puffs  
Bajo en Azúcar  
Galletas de Vainilla  
Banana Fresca

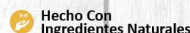
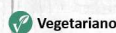


Somos Simply Rooted® en comida y familia y nuestros menús son nutritivos y sabrosos. Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menu desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



null

null



\* Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleador y prestamista.



# Bienvenido a Nuestro Almuerzo

## Lawrence Early Childhood Center #4

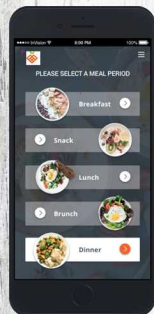
# Marzo 2022

El USDA ha aprobado desayuno y almuerzo gratis para todos los estudiantes de aquellas escuelas que pertenecen al NSLP/SBP para el año escolar 2021-2022. Las selecciones de menú pueden diferir de las enumeradas en el menú original debido al impacto relacionado con COVID en la producción, distribución y entrega de ingredientes.

### HARVEST of the MONTH

Whitsons se enorgullece de apoyar la agricultura limpia y sostenible. También nos enfocamos en el uso de ingredientes que son de origen local, totalmente naturales, orgánicos y no transgénicos, siempre que sea posible.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Pepitas de Pollo Pan Francés Bolitas de Papas Apio Manzana Fresca Salsa de Tomate	2 Perro Caliente de Turquía en el Bollo Zanahorias Glaseadas con Naranja Rodajas de Pepinos Naranja Fresca	3 Nachos a la Grande Frijoles Salsa Tomates Pequeños Arroz Integral Copa de Albaricoque	4 Pizza de Queso Brócoli Cocido Al Vapor o Pizza de Tocino Zanahorias Pera Frescas
7 Palitos de pan Rellenos de Queso Con Salsa de Espagueti Alberjas Ensalada Cesar Naranja Fresca	8 Hamburguesa de ternera de Nueva York o Hamburguesa con Queso Patatas Dulces Fritas Rebanadas de Pimientos Verdes Taza de Melón	9 Chicken Sausage Pancake Bites Syrup Veterraga Zanahorias Pequeñas Uvas Rojas Galleta Salada	10 Palomitas De Pollo Pan Francés Zanahorias Frijoles Asados De Canela Y Miel Bayas Mixtas	11 Pizza de Queso o Pizza con Brócoli Apio Brócoli Cocido Al Vapor Pina
14 Macarroned con Queso Pan Francés Maíz con Mantequilla Ensalada De Verduras Naranja en Rodajas	15 Hamburguesa de ternera de Nueva York o Hamburguesa con Queso Bolitas de Papas Tomates Pequeños Manzana Fresca	16 Pepitas de Pollo Arroz Integral Zapallo Amarillo Rodajas de Pepinos Rebanadas de sandía La galleta de azúcar	17 Nachos a la Grande Frijoles Zanahorias Las Fresas	18 Pizza de Queso Pizza de Pollo al Búfalo Frijoles Verdes Apio Uvas Rojas
21 Palitos de pan Rellenos de Queso Con Salsa de Espagueti Maíz Tiras De Pimiento Rojo Naranja en Rodajas	22 Perro Caliente de Turquía en el Bollo Patatas Dulces Fritas Rodajas de Pepinos Uvas Rojas Galleta con chispas de chocolate	23 Nachos a la Grande Frijoles Negro Zanahorias Glaseadas con Naranja Manzana Fresca	24 Pepitas de Pollo Rollo Integral Frijoles Asados De Canela Y Miel Palomitas de coliflor Pera Frescas	25 Bollo de Pizza o Pizza De Pan Francés <i>pan francés tostado, cubierto con salsa de pizza y queso fundido</i> Frijoles Verdes Ensalada De Verduras Banana Fresca
28 Pasta casera con Queso al Horno Rollo Integral Maíz con Mantequilla Rebanadas de Pimientos Verdes Manzana Fresca	29 Sándwich De Crujiente Pollo Empanizado Rodajas de Pepinos Zanahorias Naranja en Rodajas	30 Quesadillas De Dos Queso Frijoles Tomates Pequeños Pera Frescas	31 Parent Conferences 1/2 Day Early Dismissal No Lunch	

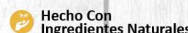
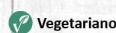


Somos Simply Rooted® en comida y familia y nuestros menús son nutritivos y sabrosos. Consulte nuestro nuevo menú móvil en [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) o descargue nuestra aplicación FD MealPlanner de forma gratuita, desde la App Store o Google Play, y acceda a su menu desde cualquier lugar que se encuentre a través de su dispositivo móvil.



null

null



\* Consumo de carne, pollo, pescado, mariscos o huevos crudo o mal cocida puede aumentar su riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos, especialmente si usted tiene ciertas condiciones médicas. Menú está sujeto a cambios, aviso publicado si está disponible. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades, empleador y prestamista.



# Welcome to our Lunch Cafe

## Lawrence Early Childhood Center #4

# March 2022

The USDA has approved FREE breakfast and lunch for all students attending schools on the NSLP/SBP for the 2021-2022 school year. Menu selections may vary from those on the menu due to the COVID related impact on production, distribution and delivery.

### Monday

### Tuesday

### Wednesday

### Thursday

### Friday

## HARVEST of the MONTH

Whitsons proudly supports sustainable agriculture! Focus on using ingredients that are locally sourced, natural, organic and non-GMO whenever possible.

1 Chicken Nuggets  
French Bread  
Crispy Potato Puffs  
Celery  
Fresh Apple  
Ketchup

2 Turkey Hot Dog on Bun  
Orange Glazed Carrots  
Cucumber Coins  
Fresh Orange

3 Nachos Grande  
Black Beans  
Salsa  
Grape Tomatoes  
Brown Rice  
Apricot Cup  
  
Seasoned Ground Turkey

4 Classic Cheese Pizza  
  
Steamed Broccoli  
Or Bacon Pizza  
Fresh Baby Carrots  
Fresh Pear  
  
Turkey Bacon Pizza

7 Cheesy Stuffed Bread Sticks   
With Spaghetti Sauce  
Steamed Peas  
Caesar Salad  
Fresh Orange

8 NY Beef Burger  
Or Cheeseburger  
Sweet Potato Fries  
Green Pepper Slices  
Fresh Melon Cup  
  
Fresh Cantaloupe

9 Chicken Sausage  
Pancake Bites  
Syrup  
Beets  
Fresh Baby Carrots  
Fresh Grapes  
Mini Pretzel Twists



10 Crispy Popcorn Chicken  
French Bread  
Steamed Carrots  
Cinnamon & Honey  
Roasted Beans  
Mixed Berry Cup

11 Classic Cheese Pizza   
Or Broccoli Pizza   
Celery  
Steamed Broccoli  
Pineapple  
  
Cheese pizza topped with Broccoli florets

14 Homemade Mac & Cheese   
French Bread  
Buttered Corn  
Garden Salad  
Sliced Oranges

15 NY Beef Burger  
Or Cheeseburger  
Crispy Potato Puffs  
Grape Tomatoes  
Fresh Apple

16 Chicken Nuggets  
Brown Rice  
Roasted Squash  
Cucumber Coins  
Watermelon Slices  
WG Sugar Cookie  
Butternut Squash  
  
**IT'S STUDENT APPRECIATION DAY**

17 Nachos Grande  
Black Beans  
Steamed Carrots  
Strawberry Cup  
  
Seasoned Mexi Beef

18 Classic Cheese Pizza   
Buffalo Chicken Pizza  
Green Beans  
Celery  
Fresh Grapes

21 Cheesy Stuffed Bread Sticks   
With Spaghetti Sauce  
Sweet Corn  
Chilled Red Pepper Strips  
Sliced Oranges

22 Turkey Hot Dog on Bun  
Sweet Potato Fries  
Cucumber Coins  
Fresh Grapes  
David's Chocolate Chip Cookie

23 Nachos Grande  
Black Beans  
Orange Glazed Carrots  
Fresh Apple  
  
Seasoned Ground Beef

24 Chicken Nuggets  
Whole Wheat Dinner Roll  
Cinnamon & Honey  
Roasted Beans  
Cauliflower Popcorn  
Fresh Pear

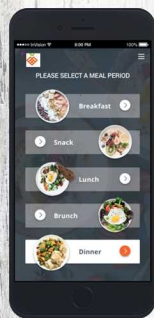
25 Pizza Bagel   
Or French Bread Pizza  
toasted French bread topped with pizza sauce and melted cheese   
Green Beans  
Garden Salad  
Fresh Banana

28 Homemade Baked Pasta with Cheese   
  
Whole Wheat Dinner Roll  
Buttered Corn  
Green Pepper Slices  
Fresh Apple

29 Crispy Chicken Sandwich  
Cucumber Coins  
Steamed Carrots  
Sliced Oranges

30 Two Cheese Quesadilla   
Black Beans  
Grape Tomatoes  
Fresh Pear

31 1/2 Day ECC,  
No Lunch, early



Whitsons is Simply Rooted® in food and family, and our menus are nutritious and flavorful. Check out our mobile menu at [www.FDMealPlanner.com](http://www.FDMealPlanner.com) or download FD MealPlanner free of charge, from the App Store or Google Play, and view your menu on your mobile device anywhere.



Daily Alternative Entrees:  
4oz Yogurt, with Cheese Stick and Carrot Sticks.  
American Cheese Sandwich, Turkey Sandwich, Ham Sandwich all served on Whole Grain Bread,  
Garden Salad with Grain, Sliced Turkey & Cheese  
Available Daily: Apple, Oranges, Bananas Fresh Carrot, Celery, Cucumber, Side Romaine Salad



Milk Choices: White 1% and Fat Free, Fat Free Chocolate 100% concentrated Juice  
School Lunch Office 516. 295-7039  
Student Lunch No Charge  
Adult Lunch \$5.02 + tax  
order online [www.getchoosi.com](http://www.getchoosi.com)  
pay online [www.payschools.com](http://www.payschools.com)

\*Consuming raw or under cooked meat, poultry, seafood, shellfish or eggs may increase your risk of food borne illness, especially if you have certain medical conditions. Menu is subject to change, notice posted when available. This institution is an equal opportunity provider.