



## Snacks

Nursery-Year 6 will receive a morning & afternoon Snack. Year 7 upwards receive only morning Snack. Snack includes fresh fruit; fruit yogurt; muffins; cookies; celery and carrots strings; whole grain tomatoes, ham or turkey and cheese sandwiches

**\*Option available for previously registered vegans and vegetarians.**

**\*All soups and creams are soy free**

## Menu 2021- NOVEMBER

<p><b>Monday 1<sup>st</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Tuesday 2<sup>nd</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Wednesday 3<sup>rd</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Thursday 4<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Friday 5<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>
<p><b>Monday 8<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Tuesday 9<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Wednesday 10<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Thursday 11<sup>th</sup> November</b></p> <p>Chicken Soup Mashed Potatoes Chicken stewed with tomato sauce and vegetables <b>*Be'f Tips</b> National Lettuce Salad</p>	<p><b>Friday 12<sup>th</sup> November</b></p> <p>Tortilla Soup Fish tacos <b>*F'sh Filet</b> Green &amp; Purple Cabbage Salad</p>
<p><b>Monday 15<sup>th</sup> November</b></p> <p>Tomato Creamy Soup Spaghetti &amp; Bolognese <b>*Beyond Beef</b> Greek Salad</p>	<p><b>Tuesday 16<sup>th</sup> November</b></p> <p>Vegetable Soup Rice w/pigeon peas Sea Bass with garlicky sauce <b>*Ratatouille</b> Green &amp; purple cabbage salad</p>	<p><b>Wednesday 17<sup>th</sup> November</b></p> <p>Mushroom Cream Penne Alfredo with Pan seared Chicken breast <b>*Turk'y Cutlets</b> Caesar salad</p>	<p><b>Thursday 18<sup>th</sup> November</b></p> <p>Carrot Cream Rice with vegetables Beef Stew <b>*Porkless bites</b> National Lettuce Salad</p>	<p><b>Friday 19<sup>th</sup> November</b></p> <p>Chicken Soup <b>*Vegetables Soup</b> Sauteed Potatoes Roasted Chicken with chimichurri <b>* Turk'y Cutlets</b> Greek salad</p>
<p><b>Monday 22<sup>nd</sup> November</b></p> <p>Sancocho <b>*Vegetables Soup</b> Rice with chicken Sweet Roasted Plantains <b>*Chick'n Cutlets</b> National Lettuce Salad</p>	<p><b>Tuesday 23<sup>rd</sup> November</b></p> <p>Tomato Cream Spaghetti &amp; meatballs <b>*Meatballs (Plant-based)</b> Greek Salad</p>	<p><b>Wednesday 24<sup>th</sup> November</b></p> <p>Broccoli Cream Mashed Potatoes Salmon <b>*F'sh Filet</b> Caesar Salad</p>	<p><b>Thursday 25<sup>th</sup> November</b></p> <p>Lentil Soup Green rice Chicken with Mushroom sauce <b>*Ratatouille</b> National Lettuce Salad</p>	<p><b>Friday 26<sup>th</sup> November</b></p> <p>Vegetable Soup Potato wedges Chicken wings with BBQ sauce <b>*Be'f Tips</b> Caesar Salad</p>
<p><b>Monday 29<sup>th</sup> November</b></p> <p>School Closed</p>	<p><b>Tuesday 30<sup>th</sup> November</b></p> <p>Vegetables Cream Penne Alfredo with Chicken Breast <b>*Penne Alfredo and Vegetables</b> Greek Salad</p>	<p><b>Wednesday 1<sup>st</sup> December</b></p> <p>Carrot Soup Rice with corn Beef Stew <b>*Meatballs (Plant-based)</b> Green &amp; Purple Cabbage Salad</p>	<p><b>Thursday 2<sup>nd</sup> December</b></p> <p>Broccoli Cream Rice w/pigeon peas Pan seared Sea Bass With Sauce <b>*F'sh Filet</b> National Lettuce Salad</p>	<p><b>Friday 3<sup>rd</sup> December</b></p> <p>Tomato Cream Bolognese Lasagna <b>*Eggplant Lasagna</b> Caesar Salad</p>



## Meriendas

## Menú 2021 - NOVIEMBRE

Se ofrece a los estudiantes de Nursery a Year 6 una merienda por la mañana y por la tarde. Los estudiantes de YR 7 en adelante solo toman merienda por la mañana El esquema de meriendas incluye: fruta, muffins; yogurt de frutas; galletas integrales; palitos de apio y zanahoria; palitos de queso; sandwiches integrales de tomate y de jamón o pavo y queso; .

**\*Disponible opción de todas las comidas para vegetarianos y veganos previamente registrados.**

**\*Todas las sopas y cremas son libres de soya.**

<p><b>Lunes 1 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Martes 2 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Miércoles 3 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Jueves 4 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Viernes 5 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>
<p><b>Lunes 8 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Martes 9 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Miércoles 10 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Jueves 11 de noviembre</b> Sopa de Pollo Puré de Papas Pollo guisado con vegetales <b>*Be'f Tips</b> Ensalada de lechuga nacional</p>	<p><b>Viernes 12 de noviembre</b>  Sopa de Tortilla Tacos de Pescado <b>*F'sh Filet</b> Ensalada de repollo</p>
<p><b>Lunes 15 de noviembre</b>  Crema de tomate Spaghetti Bolognesa <b>*Beyond Beef (Plant-based)</b> Ensalada Griega</p>	<p><b>Martes 16 de noviembre</b>  Sopa de vegetales Arroz con guandú Corvina al ajillo <b>*Ratatouille</b> Ensalada de repollo</p>	<p><b>Miércoles 17 de noviembre</b>  Crema de hongos Penne Alfredo con Pechuga de pollo a la plancha <b>*Turk'y Cutlets</b> Ensalada Caesar</p>	<p><b>Jueves 18 de noviembre</b>  Crema de zanahoria Arroz con vegetales Bistec de res <b>*Porkless bites</b> Ensalada de lechuga nacional</p>	<p><b>Viernes 19 de noviembre</b> Sopa de Pollo <b>*Sopa de Vegetales</b> Papas salteadas Pollo asado con chimichurri <b>* Turk'y Cutlets</b> Ensalada Griega</p>
<p><b>Lunes 22 de noviembre</b> Sancocho <b>*Sopa de Vegetales</b> Arroz con pollo Plátano asado <b>*Chick'n Cutlets</b> Ensalada de lechuga nacional</p>	<p><b>Martes 23 de noviembre</b>  Crema de tomate Spaghetti con albóndigas de carne <b>*Meatballs (Origen Vegetal)</b> Ensalada griega</p>	<p><b>Miércoles 24 de noviembre</b>  Crema de brócoli Puré de papas Salmón <b>*F'sh Filet</b> Ensalada Caesar</p>	<p><b>Jueves 25 de noviembre</b>  Sopa de lentejas Arroz verde Pollo con salsa de hongos <b>*Ratatouille</b> Ensalada Nacional</p>	<p><b>Viernes 26 de noviembre</b>  Sopa de vegetales Papas wedges Alitas con salsa BBQ <b>*Be'f Tips</b> Ensalada Caesar</p>
<p><b>Lunes 29 de noviembre</b></p> <p><b>LIBRE</b></p>	<p><b>Martes 30 de noviembre</b>  Crema de vegetales Penne Alfredo con Pechuga de pollo <b>*Penne Alfredo and Vegetables</b> Ensalada Griega</p>	<p><b>Miércoles 1 de diciembre</b>  Sopa de zanahoria Pure de papas Bistec de res <b>*Meatballs (Plant-based)</b> Ensalada de repollo</p>	<p><b>Jueves 2 de diciembre</b>  Crema de brocoli Arroz con guandú Corvina al ajillo <b>*F'sh Filet</b> Ensalada de lechuga nacional</p>	<p><b>Viernes 3 de diciembre</b>  Crema de tomate Lasagna Bolognesa <b>*Eggplant Lasagna</b> Ensalada Caesar</p>