

아침 식사



인기메뉴

스크램블드에그, 치즈와 살사가 들어간 아침
식사용 브리토

통곡 크러스트에 맛있는 칠면조 소시지와
모차렐라 치즈를 토핑으로 올린 아침 식사용
피자

막대에 끼운 통곡 퀘케익과 돼지고기 소시지

통곡 머핀에 베이컨이나 햄을 넣은 아침
식사용 샌드위치



제공되는 빵 종류

크림치즈와 함께 제공되는 베이글

통곡 제과점 스타일의 바나나 빵

다양한 종류의 통곡 머핀들

맛있는 오트밀 아침 식사용 바

건강에 좋고, 영양가있는 아침식사로 하루를 기분 좋게 시작하세요.
모든 식사 메뉴는 통곡, 저지방과 저당분이며 트랜스 지방이
없습니다. 모든 아침식사에는 위의 메뉴 중 여러분이 선택한 메뉴와
신선한 과일, 100% 주스 및 우유가 포함됩니다. 학교별로
선택사항이 다를 수 있습니다.



무료 및 할인가 식사

만일 자녀가 무료나 할인가 식사를 할 수 있는 자격이
된다고 생각하시면, 여러분은
TUSDfoodservice.org 에서 온라인으로 신청서를
작성하실 수 있습니다.

시간 절약 & 미리 지급

여러분은 family.titank12.com 의 자녀 계좌 또는 학교
카페테리아에서 체크나 현금으로 금액을 넣으실 수
있습니다. 질문이 있으시면, 영양 서비스부 (310) 972-
6350 으로 연락하시기 바랍니다.

영양 정보를 얻으시려면, 우리 웹사이트
TUSDfoodservice.org 를 확인하세요.

좋은 영양과 학습은
함께 갑니다!

토랜스 통합교육구 영양 서비스부
2335 Plaza del Amo, Torrance, CA 90509
(310)972-6350

이 기관은 균등 기회 제공자입니다.

토랜스 통합교육구

고등학교 식사메뉴



신선하고 신속한



아침 & 점심 식사



시간 절약 & 미리 지급!

family.titank12.com



점심 식사



추가 메뉴

밭에서 바로 가져온 신선한 음식

매일 제공되는 다양한 식사 메뉴는 다음과 같습니다:

시저 샐러드

로메인 양상추, 파머산 치즈, 크루통과 치킨

사우스웨스트 샐러드

양상추, 잘게 썬 체더치즈, 토마토, 콩, 옥수수, 실란트로와 파히타 치킨

차이니즈 치킨 샐러드

양상추, 파, 오이, 치킨, 차이니즈 국수 및 포춘 쿠키

신선한

우리의 델리 음식

양상추를 곁들인 통곡 롤빵, 피클 칩, 레이 감자 칩 그리고 신선한 과일을 제공합니다.

- 구운 칠면조와 프로볼론 치즈
- 스모크 햄과 치즈
- 참치 샐러드



모든 식사는 신선한 야채로 채워진 샐러드마 이용 및 저지방 흰 우유, 무지방 초콜릿 우유, 또는 물이 포함됩니다.

그릴에서 바로 나온 따뜻한 음식

통곡 햄버거빵에 여러분이 선택한 토핑과 오븐에 구운 양념 감자튀김 제공

- 100% 소고기로만 만든 햄버거
- 매운맛 치킨 샌드위치
- 바삭한 치킨 샌드위치
- 소갈비 바베큐 샌드위치

익스프레스

인터내셔널 음식

파스타 익스프레스

막대 마늘 빵 제공

피자

여러가지 토핑을 올린 통곡 크러스트

아시아 스타일의 밥공기

현미밥, 치킨 및 신선한 야채 제공

다음의 선택 메뉴 포함:

테리야키 • 만다린 오렌지

피에스타 프레쉬

여러가지 토핑으로 만든 다양한 브리토나 타코, 밥이나 삶아서 튀긴 콩 제공.

빨간색 카트에서 찾으세요

피자



도미노스 피자
픽업 스틱스
링스 라이스 볼
크리스피 치킨 샌드위치

스낵



구운 칩
갓 구운 쿠키
통곡 크래키
신선한 과일

음료



생수병
G2 게토레이
네이키드 주스
스파클링 과일 주스

이 메뉴들은 여러분의 다양한 선택 메뉴 중 몇 가지에 불과합니다!

현재 식사가격을 알아보시려면 TUSDfoodservice.org 를 방문하세요. 이 메뉴들은 추가 메뉴이므로 상환받을 수 있는 식사 프로그램의 일부가 아닙니다. 모든 메뉴가 매일 제공되는 것은 아닙니다.

