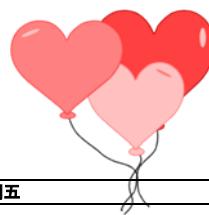



西班牙裔外送餐點 2026年2月菜單



星期一 2	星期二 3	星期三 4	星期四 5	星期五 6
WG 薄餅加舊金山糖漿與智慧平衡 FF價格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2)	WW Bread (2) 搭配花生醬與 SF 果醬 LF 弦狀起司 FF 價格 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG 燕麥袋 FF價格 (2) 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG Cheerios 水煮蛋 (1) FF價格 (2) WG 巧克力格蘭諾拉 柳橙汁與1%牛奶 (2)	WW 麵包配 SF 果醬與智慧平衡 WG 燕麥袋 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)
招牌雞肉沙拉 切片小黃瓜與櫻桃番茄 春季混合 WW 麵包 (2) 巴薩米克醋醬醬 IW 橘色滿大人	豆腐捲餅碗 (烤豆腐、法加它、黑豆) 春季混合 香菜菜燉飯 加洛峰 新鮮橘子	希臘沙拉配鷹嘴豆和雞肉 春季混合 WG 皮塔麵包 鷹嘴豆泥 自製牧場沙拉醬 IW 梨	鮭魚沙拉 番茄小黃瓜沙拉 春季混合粉與毛豆 WW 麵包 (2) 義大利沙拉醬 新鮮蘋果	奶油香蒜醬雞肉沙拉 心臟健康鷹嘴豆沙拉配非達起司 春季混合 WW Crackers (4 包) IW 桃子隊
烤魚 莎莎舞牧場 黑豆 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 墨西哥稻米 IW 熱帶水果混合	法加連板 雞柳配法士達蔬菜混合 墨西哥稻米 WG 白玉米餅 (1) 莎莎綠舞 IW 鳳梨塊	索爾茲伯里牛排 與薩爾薩牧場合作 胡蘿蔔 西班牙米 IW 橘色滿大人	起司玉米卷 配紅色墨西哥辣醬 斑豆 西班牙米 IW 鳳梨塊	豬肉卡尼塔斯 搭配番茄醬 嘉年華混合 胡蘿蔔 香菜菜燉飯 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 新鮮橘子
9	10	11	12	**13**
WG 迷你貝果配奶油起司 FF價格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2)	WG 英式鬆餅配火雞香腸派 水煮蛋 (1) 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG Cheerios LF 弦狀起司 FF 價格 柳橙汁與1%牛奶 (2)	WW Bread (2) 搭配 SF 果凍與 Smart Balance WG 燕麥袋 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG Cheerios WG 巧克力格蘭諾拉 FF價格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2)
青豆番茄沙拉雞肉 墨西哥風味沙拉 WW 晚餐捲搭配智慧平衡 IW 梨	費塔起司蒸粗麥沙拉 健康蔬菜沙拉 春季混合 WW 晚餐捲 IW 橘色滿大人	泰式雞肉柑橘脆片沙拉 毛豆 WW 晚餐捲 (2) 智慧平衡 IW 鳳梨塊	絞肉 黑豆與玉米 烤法加它混合 春季混合 WW 羅蒂尼 非達起司 香菜菜燉醬 IW 桃子隊	雞肉薩麥沙拉配南瓜 青椒番茄沙拉 WW 晚餐捲 (2) IW 杏子
拉豬肉 與莎莎綠合奏 黑豆 豌豆與胡蘿蔔 WG 白玉米餅 (2) 新鮮蘋果	智利的 Carne (切丁牛肉配辣椒醬) 法加它蔬菜混合 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 西班牙米 IW 桃子隊	裹粉魚 切片胡蘿蔔 糙米 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 加洛峰 新鮮橘子	番茄醬義大利麵 & 絞牛肉 斯堪地那維亞素食混合 IW 熱帶水果混合	**情人節慶祝活動** 雞肉阿爾弗雷多 義大利麵配阿爾弗雷多醬 雞胸肉 義大利蔬菜混合 IW 橘色滿大人 草莓蛋糕
16	17	18	19	20
總統日慶祝活動 烤牛肉 蘑菇肉汁 卡普里蔬菜混合 紅塊馬鈴薯 WW 餐包 (1) 新鮮蘋果 胡蘿蔔蛋糕 1% 牛奶 	WG Pancake (2) 搭配 SF 糖漿與 Smart Balance 水煮蛋 (1) 柳橙汁與1%牛奶 (2) 主廚沙拉 (切片火雞、辣椒、玉米、胡蘿蔔、小黃瓜、非達起司) 春季混合 WW 晚餐捲 (2 個) 搭配 Smart Balance 自製牧場沙拉醬 新鮮橘子 巴巴科亞牛肉 綜合蔬菜 斑豆 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 加洛峰 仙露	WG 燕麥袋 WG 巧克力格蘭諾拉 FF價格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2) 雞肉玉米義大利麵沙拉 番茄小黃瓜沙拉 春季混合 WW Crackers (2 人) 義大利沙拉醬 IW 杏子 豬肉卡尼塔斯 與莎莎綠合奏 綜合蔬菜 番茄香菜飯 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) IW 鳳梨塊	WG Cheerios FF價格 (2) 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2) 希臘雞肉沙拉配巴薩米克醬 春季混合 櫻桃番茄 WG 皮塔麵包 鷹嘴豆泥 巴薩米克醋醬醬 IW 梨 羅非魚片 與薩爾薩牧場合作 豌豆與胡蘿蔔 米飯燉飯 新鮮橘子	肉餅三明治 WG 漢堡包配肉餅 玉米、利馬豆與番茄沙拉 番茄醬 IW 熱帶水果混合 地面火雞 皮卡迫略醬 綜合蔬菜 紅皮馬鈴薯 WG 白玉米餅 (2) IW 橘色滿大人





西班牙裔外送餐點 2026年2月菜單

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
23	24	25	26	27
WG 迷你貝果配奶油起司 FF優格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2)	WG Cheerios FF 優格 LF 弦狀起司 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG 燕麥袋 LF 弦狀起司 FF 優格 柳橙汁與1%牛奶 (2)	世界政府英國鬆餅 火雞香腸派 橙子鳳梨汁與1%牛奶 (2)	WG 燕麥袋 WG 麵包 (2) 鷹嘴豆泥 FF優格 (2) 柳橙汁與1%牛奶 (2)
地中海雞肉藜麥沙拉 黑豆玉米沙拉 WW 晚餐捲 (2 個) 搭配 Smart Balance IW 桃子隊	墨西哥鮭魚沙拉 番茄小黃瓜沙拉 春季混音 WW 麵包 (2) 巴薩米克醋汁 仙露	大麥芒果沙拉配火雞烤肉 玉米、利馬豆與番茄沙拉 春季混音 WW 晚餐捲搭配智慧平衡 自製牧場沙拉醬 IW 熱帶水果混合	經典蛋沙拉 心臟健康鷹嘴豆沙拉配非達起司 春季混音 WW 麵包 (2) IW 杏子	雞肉布爾格沙拉 搭配鷹嘴豆、小黃瓜與蔓越莓 春季混音 毛豆 WW Crackers (2 人) 義大利沙拉醬 IW 橘色滿大人
魚肉玉米餅 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 與 Fish Sticks 合作 (3) 綜合蔬菜 貝克馬鈴薯實實 加洛峰 新鮮橘子	豬里肌 與莎莎綠合奏 花椰菜與胡蘿蔔 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 西班牙米 新鮮蘋果	切丁雞肉 與薩爾薩牧場合作 綜合蔬菜 墨西哥稻米 WG 白玉米餅 (2) IW 梨	青雞砂鍋 胡蘿蔔 斑豆 WW Crackers (4 包) IW 鳳梨塊	菠菜蘑菇鹹派 綜合蔬菜 WW 晚餐捲 IW 梨

該計畫部分經費來自橙縣監事會所分配的聯邦《美國長者法案》資金。所有餐點均符合加州衛生部所訂定的《美國人膳食指南》(DGA) 2020-2025 及老年人飲食參考攝取量 (DRI) 人類服務署與美國農業部。菜單中貫穿無糖甜點和含水水果，以配合糖尿病患者的需求。每天供應1%牛奶。自願捐款為每日5.25美元。每週平均餐點可提供>1600卡路里。鈉含量每日分析，避免超過2300毫克。任何鈉含量超過2300毫克的餐點都會以鹽罐圖示標示。請注意，調味料未經分析，且可能增加鈉含量。特殊餐點標示為**，這些日子鈉含量可能超過2300毫克。

Voluntary Contribution \$5.25 per day