

# Sioux City Community School District - Free Meals for Children Age 1-18

## August 2022 Summer Breakfast Menu

\*Contains Pork

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<b>1 August</b> Cereal 1 grain Donut 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>2 August</b> Cereal 1 grain Cheese Stick Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>3 August</b> Cereal 1 grain Muffin 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>4 August</b> Cereal 1 grain Pop tart 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>5 August</b> Cereal 1 grain Honi Bun 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk
<b>8 August</b> Cereal 1 grain Cinnamon Roll 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>9 August</b> Cereal 1 grain Cheese Stick Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>10 August</b> Cereal 1 grain Muffin 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>11 August</b> Cereal 1 grain Pop tart 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk	<b>12 August</b> Cereal 1 grain Honi Bun 1 grain Juice ½ c Fruit ½ c Milk

**Menu subject to change without notice**

Sioux City Community School District is an Equal Opportunity Provider

Visit <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> for a complete list of carbs and allergens

Distrito Escolar de la Comunidad de Sioux City-Programa de Comidas Gratuitas para niños de edades 1-18

## Menú de Desayuno de Verano Agosto 2022

\*Contiene Cerdo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>1 Agosto</b> Cereal 1 grano Dona 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>2 Agosto</b> Cereal 1 grano Palito de queso Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>3 Agosto</b> Cereal 1 grano Mantecada 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>4 Agosto</b> Cereal 1 grano Torta tostada (Pop tart) 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>5 Agosto</b> Cereal 1 grano Pan de miel 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche
<b>8 Agosto</b> Cereal 1 grano Pan de Canela 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>9 Agosto</b> Cereal 1 grano Palito de queso Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>10 Agosto</b> Cereal 1 grano Mantecada 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>11 Agosto</b> Cereal 1 grano Torta tostada (Pop tart) 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche	<b>12 Agosto</b> Cereal 1 grano Pan de miel 1 grano Jugo ½ t Fruta ½ t Leche

El menú está sujeto a cambiar si previo aviso

El Distrito Escolar de la Comunidad de Sioux City es un proveedor de igualdad de oportunidades

Visite <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> para obtener una lista completa de carbohidratos y alérgenos

# Sioux City Community School District - Free Meals for Children Age 1-18

## Thực đơn Bữa sáng Mùa hè tháng 8 năm 2022

\*Có thịt heo

Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
<b>1 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh Donut 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>2 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Phô mai que Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>3 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh Muffin 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>4 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh Pop tart 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>5 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh mì ngọt Honi 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa
<b>8 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh quế Cuộn 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>9 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Phô mai que Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>10 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh Muffin 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>11 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh Pop tart 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa	<b>12 tháng 8</b> Ngũ cốc 1 grain (64,8 mg) Bánh mì ngọt Honi 1 grain (64,8 mg) Nước trái cây ½ cốc Trái cây ½ cốc Sữa

Thực đơn có thể thay đổi mà không cần thông báo

Khu học chánh Cộng đồng Thành phố Sioux là một Nhà cung cấp Cơ hội Công bằng

Truy cập <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> để xem danh sách đầy đủ về dinh dưỡng và tác nhân gây dị ứng

# Sioux City Community School District - Free Meals for Children Age 1-18

## Meenuu Ciree Gannaa Hagayya 2022

\*Foon Booyyee Qabaa

Wiixata	Kibxata	Roobii	Kamisa	Jimaata
<b>Hagayya 1</b> Siriyaal greeyini 1 Doonaatii greeyini 1 Juusii geeba ½ Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 2</b> Siriyaal greeyini 1 Ulee Baaduu Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 3</b> Siriyaal greeyini 1 Maafinii greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 4</b> Siriyaal greeyini 1 Pop tart greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 5</b> Siriyaal greeyini 1 Daabboo Damma greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan
<b>Hagayya 8</b> Siriyaal greeyini 1 Rooli sinaamoon greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 9</b> Siriyaal greeyini 1 Ulee Baaduu Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 10</b> Siriyaal greeyini 1 Maafinii greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 11</b> Siriyaal greeyini 1 Pop tart greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan	<b>Hagayya 12</b> Siriyaal greeyini 1 Daabboo Damma greeyini 1 Juusii geeba ½ c Muduraa geeba ½ c Aannan

Meenuun beeksisa malee jijjiramu danda'a

Aanaan Mana Barnootaa Hawaasaa Sioux City Dhiyessaa kan Hundaaf Carraa Walqixaa Kennuudha

Tarreeffama gutuu kan kaarbohaaydireetota fi adanyoo ilaaluuf <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> daawwadhaa

# Sioux City Community School District - Free Meals for Children Age 1-18

## Ogosto 2022 Liiska Quraacda Lacag La'aanta ee Carruurta ay Da'doodu u djaxayso 1-18 sano

\*Waxaa ku jira Hilib doofaar

Isniin	Talaado	Arbaco	Khamiis	Jimco
<b>1 Ogoosto</b> 1 siiriyal ama firiley badar ah 1 Donat badar ah ½ ama nus-koob casiir ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>2da Ogoosto</b> 1 firiley badar ah Ulo farmaajo ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>3 Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah 1 Mafin badar ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>4ta Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah 1 Pop Taarti badar ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>5ta Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah 1 Rooti Malab (duuduub malab leh) Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano
<b>8da Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah 1 Bur duuduub qorfe badar ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>9ka Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah Ulo farmaajo ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>10ka Ogoosto</b> 1 siiriyaal ama firiley badar ah 1 Mafin badar ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>11ka Ogoosto</b> 1siiriyaal ama firiley badar ah 1 Pop Taarti badar ah Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano	<b>12ka Ogoosto</b> 1siiriyaal ama firiley badar ah 1 Rooti Malab (duuduub malab leh) Casiir ½ ama nus-koob ah Miro ½ ama nus-koob ah Caano

Liiska Cuntada waa la beddeli karaa ogeysiis la'aan

Sioux City Community School District waa Bixiye Fursado Loo Siman Yahay

Booqo ciwaanka <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> si aad u hesho liis dhammeystiran oo ay ku qoran yihiin karbohaytyada iyo walxaha xasaasiyadaha kiciya

ማሕበረ ሰብ ቤት ትምህርታት ዲስትሪክት ሱ ሲቲ- 1-18 ንዝዕድሙኦም ተመሃሮ ብናጻ ዝዕደል መግቢ

**ነሓሰ 2022 ናይ ክረምቲ ቁርሲ ዝርዝር መግቢታት**

\* ስጋ ሓሰማ አለዎ

ሰነይ	ሰሉስ	ረቡዕ	ሓሙስ	ዓርቢ
1 ነሓሰ	2 ነሓሰ	3 ነሓሰ	4 ነሓሰ	5 ነሓሰ
<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ዶናት 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ፋርማጆ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ባኒ ማሬን 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ፖፕ ታርት 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ምቁር ሕብስቲ ሆኒ ባን 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>
<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ባኒ ሲናሞን 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ፋርማጆ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ባኒ ማሬን 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ፖፕ ታርት 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>	<p>ሰሪያል 1 እኽሊ ምቁር ሕብስቲ ሆኒ ባን 1 እኽሊ ጸማቕ 1/2 c ፍረታት 1/2 c ጸባ</p>

እዚ ዝርዝር መግቢ ብዛይ ሓበሬታ ምቕይያር ክግበረሉ ይኸኣል እዩ፣ ማሕበረ ሰብ ዲስትሪክት ሱ ሲቲ ንኩሉ ብማዕረ ዝቕጽር አሰራሕ እዩ፣ ናብዚ ዝሰዕብ ብምጻሕ <https://www.siouxcityschools.org/parents/school-meals-and-menus/carbs-allergens-information/> ንዝርዝር ካርብን ኣለርጂ ክሰዕቡ ዝኸኣሉ ጥረ ነገራት ምርኣይ ይከኣል።