

朝食



温かいメニュー

モーニング・ブритоー
スクランブルエッグ、チーズ、サルサ入り

モーニング・ピザ
ターキーソーセージとモッツアレラチーズのトッピング
全粒粉のクラストに載せて

全粒粉の串パンケーキとポーク・ソーセージ

全粒粉のマフィンにベーコンまたはハムのモーニングサンド



ベーカリーより

ベーグルとクリームチーズ

全粒粉ベーカリースタイルのバナナブレッド

全粒粉マフィン各種

オートミールモーニングバー各種

一日の始まりはヘルシーな朝食から。すべてのアイテムは全粒粉使用、低脂肪、低糖で、トランス脂肪酸はゼロです。朝食には、上記の中から好きなメインディッシュ1つと、フレッシュフルーツ、100%ジュース、それに牛乳が含まれます。オプションは学校によって異なります。



無料/減価格の食事

お子さんが無料または減価格で食事を受ける条件を満たすと思われる場合は、TUSDfoodservice.orgで申請書をオンラインで提出することができます。

プリペイドで時間節約

お子さんのアカウントに入金するには family.titank12.com で、または学校のカフェテリアでチェックが現金で支払うことができます。ご質問がありましたら、栄養サービス部 (310) 972-6350 までお問い合わせください。

栄養に関する役立つ情報を、TUSDfoodservice.org で得ることができます。

能率的な学習には
バランスのとれた栄養
をとることが不可欠です。

トーランス統一学校区栄養サービス部

2335 Plaza del Amo, Torrance, CA 90509
(310) 972-6350

当機関は機会均等を実施しています。

トーランス統一学校区
ハイスクール・メニュー



フレッシュ エクスプレス



朝食とランチ



プリペイドで時間節約！
family.titank12.com



ランチ



その他

フレッシュ サラダ

毎日、以下を含むいろいろな種類があります：

シーザーサラダ

ロメインレタス、パルメザンチーズ、クルトン、チキン

サウスウェストサラダ

レタス、刻みCHEDDAR、トマト、豆、コーン、シラントロ、ファヒタチキン

チャイニーズチキンサラダ

レタス、青ねぎ、きゅうり、チキン、ヌードル、フォーチュンクッキー

フレッシュ デリ

全粒粉パンでレタスとピクルス入り。
Lay's チップスとフルーツ付き。

- ローストターキーとプロボナーチーズ
- スモークハムとチーズ
- ツナサラダ



すべてのメニューに、新鮮な野菜や果物が並ぶサラダバーと、低脂肪牛乳、無脂肪チョコレートミルクまたは水がついています。

グリルより

全粒粉パンでお好みの具で。オーブンで焼いたフレンチフライつき。お好みのトッピングで。

- 100% ビーフハンバーガー
- スパイシーチキンサンド
- クリスピーチキンサンド
- バーベキューリブサンド

インターナショナル エクスプレス

パスタ・エクスプレス
ガーリックブレッドスティックつき

ピザ
全粒粉クラストにいろいろなトッピング

どんぶり風ライスボウル
玄米、チキン、新鮮な野菜
以下から選べます：
てりやき・マンダリンオレンジ

フィエスタフレッシュ
ブリートまたはタコス、お好みのトッピング。
ライスとビーンズつき

レッドカートで購入できるもの

メインディッシュ



Domino's のピザ
Pick Up Stix
Ling's Rice Bowl
クリスピーチキンサンド

スナック



チップス
焼きたてクッキー
全粒粉クラッカー
新鮮なフルーツ

飲み物



水
G2 Gatorade
Naked Juice
炭酸フルーツジュース

この他にもいろいろあります！

現在の価格に関しては TUSDfoodservice.org をご覧ください。ここにある商品は追加商品であり、払い戻し可能な食事プログラムの適用外です。提供される商品は日によって異なります。

