

MS/HS Carbohydrate Counted Menu

	<u>Carb</u>	<u>Carb</u>	<u>Carb</u>	<u>Carb</u>	<u>Carb</u>
	<u>Monday</u>	<u>Tuesday</u>	<u>Wednesday</u>	<u>Thursday</u>	<u>Friday</u>
Bowls	<u>Pasta</u>	<u>42</u> <u>White Rice</u>	<u>43</u> <u>Pasta</u>	<u>42</u> <u>White Rice</u>	<u>43</u> <u>Pasta</u>
	<u>Mealballs</u>	<u>5</u> <u>Brown Rice</u>	<u>37</u> <u>Meatballs</u>	<u>5</u> <u>Brown Rice</u>	<u>37</u> <u>Meatballs</u>
	<u>Marinara Sauce</u>	<u>12</u> <u>Chicken</u>	<u>1</u> <u>Marinara Sauce</u>	<u>12</u> <u>Chicken</u>	<u>1</u> <u>Marinara Sauce</u>
	<u>Garlic Alfredo</u>	<u>5</u> <u>Shrimp</u>	<u>1</u> <u>Garlic Alfredo</u>	<u>5</u> <u>Shrimp</u>	<u>1</u> <u>Garlic Alfredo</u>
	<u>Garlic Bread</u>	<u>15</u> <u>Beef</u>	<u>1</u> <u>Garlic Bread</u>	<u>15</u> <u>Beef</u>	<u>1</u> <u>Garlic Bread</u>
		<u>Asst. Veg.</u>	<u>5</u>	<u>Asst. Veg.</u>	<u>5</u>
		<u>Sauce</u>		<u>Sauce</u>	
Home & Comida	<u>Beef</u>	<u>1</u> <u>Popcorn Chix</u>	<u>17</u> <u>Chicken</u>	<u>1</u> <u>Chicken Leg</u>	<u>17</u> <u>Beef</u>
	<u>Chicken</u>	<u>1</u> <u>Mash Potatoes</u>	<u>17</u> <u>Shrimp</u>	<u>1</u> <u>Mash Potatoes</u>	<u>17</u> <u>Chicken</u>
	<u>Tortilla Chips</u>	<u>20</u> <u>Corn</u>	<u>19</u> <u>Shred Beef</u>	<u>1</u> <u>Corn</u>	<u>19</u> <u>Sft. Tortilla</u>
	<u>Refried Beans</u>	<u>15</u> <u>Shred Cheese</u>	<u>1</u> <u>Fajita Veg</u>	<u>5</u> <u>Gravy</u>	<u>4</u> <u>Red Beans</u>
		<u>Gravy</u>	<u>4</u> <u>Mex Rice</u>	<u>20</u> <u>Roll</u>	<u>21</u> <u>Rice</u>
	<u>Roll</u>	<u>21</u>			
Street	<u>Corn Dog</u>	<u>33</u> <u>BBQ sauce</u>	<u>10</u> <u>Bread</u>	<u>44</u> <u>Bread</u>	<u>44</u> <u>French Fry</u>
	<u>Cheeseburger</u>	<u>30</u> <u>French Fry</u>	<u>22</u> <u>Grill Chicken</u>	<u>1</u> <u>Pork</u>	<u>1</u> <u>Cheese curd</u>
	<u>Ham Bun</u>	<u>26</u> <u>Chix Tender</u>	<u>8</u> <u>Fish</u>	<u>23</u> <u>Ham</u>	<u>1</u> <u>Brn. Gravy</u>
	<u>French Fry</u>	<u>22</u> <u>Pork</u>	<u>1</u> <u>Ham Bun</u>	<u>26</u> <u>Pickles</u>	<u>0</u> <u>fish</u>
			<u>French Fry</u>	<u>22</u> <u>Chix Tender</u>	<u>8</u> <u>Sft. Tortilla</u>
			<u>French Fry</u>	<u>22</u>	
Pizza	<u>Pepperoni</u>	<u>31</u> <u>Pepperoni</u>	<u>31</u> <u>Sausage</u>	<u>32</u> <u>Pepperoni</u>	<u>31</u> <u>Pepperoni</u>
	<u>Cheese</u>	<u>31</u> <u>Cheese</u>	<u>31</u> <u>Cheese</u>	<u>31</u> <u>Cheese</u>	<u>31</u> <u>Cheese</u>
	<u>Ham & Pine</u>	<u>41</u> <u>BBQ Chix</u>	<u>38</u> <u>Ham, Bacon, Mushr & Onion</u>	<u>32</u> <u>BBQ Chix</u>	<u>38</u> <u>3 Meat</u>