Menu Item Nutrient Details

All Menu Items

Item Name	Serving Size	FE (Kcal)	Fat (g)	Sfat (g)	Tfat (g)	Chol (mg)	Na (mg)	Carb (g)	TDF (g)	Sugar (g)	Pro (g)	Fe (mg)	Ca (mg)	A,RE	A,IU	VitC (mg)	Mois (g)	Ash (g)
A-La-Carte																		
A La Carte Apple	1 ea.	94.640	0.309	0.055	0	0.000	1.820	25.134	4.368	0	0.473	0.218	10.920	9.100	98.280	8.372	155.719	0.346
A La Carte Orange	1 g.	0.470	0.001	0.000	0	0.000	0.000	0.118	0.024	0	0.009	0.001	0.400	0.210	2.250	0.532	0.868	0.004
A La Carte Sliced Jalapenos	1 oz.	9.466	0.000	0.000	0.000	0.000	255.600	0.946	0.946	0(M)	0.000	0.170	0.000	75.734	378.666	0.000	0(M)	0(M)
A La Carte Sliced Onions	1 oz.	44.000	0.110	0.046	0(M)	0.000	4.400	10.274	1.870	0(M)	1.210	0.231	25.300	0.000	2.200	8.140	98.021	0.385
A La Carte Sliced Pickles	1 oz.	3.402	0.040	0.010	0	0.000	248.062	0.734	0.312	0	0.170	0.105	11.907	9.356	51.880	0.227	26.743	0.663
A La Ct Italian Dressing 1.5 oz.	1 pkg.	240.000	26.000	4.000	0.000	15.000	280.000	1.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
A La Ct Ranch Dressing 1.5 oz.	1 pkg.	150.000	15.000	2.500	0.000	15.000	380.000	2.000	0.000	1.000	1.000	0.000	20.000	0.000	0.000	0.000	0	0
A La Ct Salad Chicken Caesar	1 ea.	200.000	12.000	3.500	0.000	25.000	590.000	9.000	1.000	3.000	14.000	1.800	200.000	0	2250.000	18.000	0	0
A La Ct Salad Country Style Chef	1 ea.	300.000	23.000	7.000	0.000	50.000	720.000	9.000	2.000	6.000	14.000	1.440	250.000	0	4500.000	27.000	0	0
A La Ct Salad Spinach Harvest	1 ea.	310.000	19.000	2.500	0.000	5.000	420.000	31.000	6.000	20.000	7.000	2.700	80.000	0	2250.000	9.000	0	0
BF Cinnamon Roll	1 ea.	201.072	3.583	1.048	0.000	5.333	194.048	38.512	1.000(M)	7.357(M)	5.262	1.444	9.595	0.000	417.858	0.086	0.021(M)	0.000(M)
BF Ham & Cheese Kolache	1 ea.	284.190	9.145	3.194	1.000	45.240	982.880	32.629	1.000	5.500(M)	17.935	2.119	100.000	0.000	150.000	1.510	0(M)	0(M)
BF Poptart Brown Sugar	1 ea.	200.000	6.000	2.000	0.000	0.000	160.000	34.000	5.000	12.000	3.000	1.800	0.000	200.000	500.000	0.000	0	0
BF Poptart Strawberry	1 ea.	180.000	2.500	1.000	0.000	0.000	180.000	37.000	3.000	0	2.000	1.800	100.000	192.310	500.000	0.000	0	0
BF Sausage Kolache	1 ea.	410.000	22.000	7.000	1.000	50.000	990.000	35.000	1.000	7.000	16.000	2.520	20.000	0.000	0.000	0.000	0.000(M)	0.000(M)
BF Yogurt Danimal Strawberry Banana	1 ea.	110.000	1.500	1.000	0.000	5.000	80.000	19.000	0.000	17.000	5.000	0.000	150.000	0	0.000	0.000	0	0
BG Baked Potato Wedges	3 oz.	90.000	0.500	0.000	0.000	0.000	230.000	20.000	2.000	0.000	2.000	0.720	0(M)	0(M)	0(M)	9.000	0(M)	0(M)
BG BBQ Sauce Cup	1 c.	25.001	0.000	0.000	0.000	0.000	70.000	7.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
BG Breaded Chicken Sandwich	1 ea.	390.000	11.500	2.000	0.000	65.000	750.000	39.000	3.000	3.000(M)	30.000	3.240	60.000	6.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
BG Cheeseburger	1 ea.	355.000	15.500	6.250	0.000	77.500	640.000	24.000	2.000	3.500(M)	30.500	3.240	160.000	0.000	150.450	0.000	0(M)	0(M)
BG Chicken Tenders	4 ea.	460.000	28.000	5.000	0.000	100.000	1160.000	34.000	2.000	0(M)	40.000	3.600	0.000	30.800	0.000	0.000	0(M)	0(M)
BG Foot Long Corn Dog	1 ea.	390.000	25.000	10.000	1.000	35.000	820.000	27.000	1.000	6.000	10.000	1.080	0.000	0(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
BG Hamburger	1 ea.	320.000	13.500	5.000	0.000	70.000	430.000	23.000	2.000	3.000(M)	27.000	3.240	60.000	0.000	0.450	0.000	0(M)	0(M)
BG Hot Sauce Packets	1 ea.	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	119.000	0.000	0	0	0.000	0.504	0	0	0	0	0	0

BG Popcorn Chicken	5 oz.	350.750	18.239	2.806	0.000	35.075	1010.160	22.448	2.806	1.403	22.448	1.515	28.060	0.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
HM Barbecue Sauce	2 fl. oz.	50.000	0.000	0.000	0.000	0.000	460.000	0.000	0.000	6.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
HM Beef & Cheese Nachos	1 ea.	646.500	35.905	11.368	0.000	105.800	1196.550	45.745	4.000	2.500	36.990	4.649	268.750	0.000	274.500	0.000	0(M)	0(M)
HM Breaded Okra	1/2 c.	160.715	6.250	0.893	0.000	0.000	241.072	22.322	2.679	0.893	2.679	1.286	89.286	0(M)	89.286	1.071	0(M)	0(M)
HM Chicken Legs	2 ea.	210.001	11.231	2.462	0.000(M)	130.000	321.539	0.000	0.000	0.000(M)	24.000	0.000	0.000	0.000(M)	0.000	0.000	0.000(M)	0.000(M)
HM Cole Slaw	1/2 c.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
HM Corn on the Cob	1 ea.	100.000	0.500	0.000	0.000	0.000	75.000	21.000	2.000	3.000(M)	2.000	0.360	0.000	0.000(M)	0.000	4.800	0(M)	0(M)
HM Cornbread Loaf	1 ea.	190.000	8.000	1.500	0.000	30.000	210.000	29.000	1.000	12.000	3.000	0.720	20.000	0(M)	100.000	0.000	0(M)	0(M)
HM Green Beans	1/2 c.	26.663	0.000	0.000	0(M)	0.000	124.948	4.260	2.125	0(M)	1.063	0.346	28.149	31.320	156.618	1.374	0(M)	0(M)
HM Sausage on a Stick	2 ea.	400.000	30.000	10.000	0.000	90.000	1180.000	8.000	0.000	4.000	22.000	2.160	40.000	0(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
HM Sliced Beef Sandwich	1 ea.	390.000	20.500	7.000	0.500	70.000	790.000	23.000	2.000	3.000	26.000	2.880	60.000	0.000(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
HM Whole Grain Roll	1 ea.	80.000	1.500	0.500	0.000	0.000	135.000	15.000	2.000	3.000	2.000	0.720	20.000	0.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
PP Cheese Pizza Slice	1 slice (1/8 cut)	470.000	18.000	9.000	0.500	40.000	1060.000	55.000	3.000	4.000	24.000	3.600	4000.000	0(M)	500.000	0.000	0(M)	0(M)
PP Flatbread Sandwich Buffalo Chick	1 ea.	280.000	11.000	6.000	0.000	25.000	1010.000	28.000	1.000	3.000	18.000	1.800	250.000	0.000	750.000	2.400	0.000	0.000
PP Flatbread Sandwich Italian	1 ea.	330.000	15.000	7.000	0.000	30.000	860.000	31.000	1.000	5.000	17.000	1.800	300.000	0.000	400.000	4.000	0.000	0.000
PP Mozzarella Cheese Stick	1 serv.	436.320	24.089	8.977	0.000	25.000	958.780	37.948	0.908	3.178(M)	18.408	2.127	384.080	127.525	727.000	6.810	0(M)	0(M)
PP Pepperoni Pizza Slice	1 slice (1/8 cut)	480.001	18.000	8.000	0.500	35.000	1190.002	56.000	3.000	0(M)	23.000	3.600	300.000	0.000	400.001	0.000	0(M)	0(M)
SF PB & J Uncrustable	1 ea.	321.280	16.480	3.420	0.130	0.000	315.610	33.250	2.580	13.260	10.010	1.490	18.600	0.000	0.530	0.010	0(M)	0(M)
SF Shredded Lettuce	2 oz.	7.938	0.079	0.010	0	0.000	5.670	1.684	0.680	0	0.510	0.232	10.206	18.711	284.634	1.588	54.228	0.204
SF Sliced Bell Peppers	1 oz.	5.670	0.048	0.016	0	0.000	0.850	1.315	0.482	0	0.244	0.096	2.835	17.860	104.895	22.793	26.618	0.122
SF Sliced Olives	1 oz.	44.297	4.428	0.000	0	0.000	203.766	1.772	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
SF Sliced Tomatoes	1 slice, thin/small	2.700	0.030	0.004	0	0.000	0.750	0.588	0.180	0	0.132	0.040	1.500	9.300	124.950	1.905	14.175	0.075
SF Sub Ham on Wheat	1 ea.	299.190	7.395	2.694	0.000	45.240	1042.880	37.129	2.410	2.500(M)	19.935	2.719	112.240	0.000	150.005	1.510	0(M)	0(M)
SF Sub Ham on White	1 ea.	299.190	7.395	2.694	0.000	45.240	1052.880	39.129	1.500	2.500(M)	19.435	2.929	100.000	0.000	150.010	1.510	0(M)	0(M)
SF Sub Italian on Wheat	1 ea.	479.346	18.681	9.824	0.017(M)	85.693	2385.845	39.553	2.410	2.380(M)	34.405	4.804	456.455	0.000(M)	401.406	12.386	0.000(M)	0.000(M)
SF Sub Italian on White	1 ea.	479.346	18.681	9.824	0.017(M)	85.693	2395.845	41.553	1.500	2.380(M)	33.905	5.014	444.215	0.000(M)	401.411	12.386	0.000(M)	0.000(M)
SF Sub Turkey on Wheat	1 ea.	292.350	6.089	2.260	0.035	30.526	911.378	38.443	2.410	2.500(M)	20.192	2.330	116.068	0.000	150.005	0.464	0(M)	0(M)
SF Sub Turkey on White	1 ea.	292.350	6.089	2.260	0.035	30.526	921.378	40.443	1.500	2.500(M)	19.692	2.540	103.828	0.000	150.010	0.464	0(M)	0(M)
SN Animal Crackers	1 Bag	120.000	1.500	0.000	0.000	0.000	80.000	23.000	0.000	6.000	2.000	0.720	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SN Bottled Water	1 bottle.	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

SN Chips Barbecue	1 Bag	110.000	2.500	0.000	0.000	0.000	190.000	19.000	2.000	2.000	2.000	0.180	40.000	0.000	0.000	2.400	0	0
SN Chips Cheetos	1 Bag	120.000	4.000	0.000	0.000	0.000	210.000	17.000	0.000	0.000	2.000	0	0	0.000	500.000	0.000	0	0
SN Chips Hot Cheetos	1 Bag	119.977	4.500	1.000	0.000	0.000	209.957	16.996	0.000	0	1.999	0.719	99.979	0.000	0.000	0.000	0	0
SN Chips Sour Cream and Onion	1 Bag	110.000	3.000	0.000	0.000	0.000	190.000	19.000	2.000	3.000	2.000	1.290	40.000	0.000	0.000	2.400	0	0
SN Frozen Yogurt Chocolate	1 c.	90.000	1.000	0.500	0.000	3.000	60.000	17.000	0.000	14.000	3.000	0.720	100.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SN Frozen Yogurt Strawberry	1 c.	90.000	1.500	1.000	0.000	5.000	60.000	17.000	0.000	15.000	3.000	0.000	100.000	0.000	0.000	3.600	0	0
SN Fruiti Freeze Bar	1 Bar	100.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	24.000	0.000	23.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	15.000	0	0
SN Gogurt Yogurt	1 Tube	70.000	0.500	0.000	0.000	5.000	30.000	13.000	0.000	10.000	2.000	0.000	100.000	0.000	400.000	0.000	0	0
SN Goldfish	1 Bag	100.000	3.500	1.000	0.000	4.000	180.000	14.000	0.000	0.000	2.000	0.360	20.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
SN Juice Bar Cherry	1 Bar	60.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	15.000	0.000	14.000	0.000	0.000	60.000	0.000	0.000	60.000	0	0
SN Juice Bar Fruit Punch	1 Bar	60.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	15.000	0.000	14.000	0.000	0.000	60.000	0.000	0.000	60.000	0	0
SN Juice Bar Grape	1 Bar	60.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	15.000	0.000	14.000	0.000	0.000	60.000	0.000	0.000	60.000	0	0
SN Mozz. String Cheese	1 Piece	60.000	2.500	2.000	0.000	10.000	210.000	1.000	0.000	0.000	8.000	0.000	200.000	0.000	100.000	0.000	0	0
SN Rice Crispy Treat	1 Bar	150.000	3.500	1.000	0.000	0.000	170.000	28.000	0.000	12.000	1.000	0.720	0.000	0.000	400.000	0.000	0	0
SN Rold Gold Pretzels	1 Bag	110.000	1.000	0.000	0.000	0.000	450.000	23.000	1.000	0.000	2.000	1.080	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SN Whole Pickle	1 ea.	20.000	0.000	0.000	0.000	0.000	1840.000	4.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Brownie Choc. Low Fat	1 ea.	175.000	2.520	1.000	0.000	1.000	206.000	35.950	1.000	18.140	2.780	1.620	10.000	0.000	100.000	1.200	0.000	0.000
SNS Cheese Popcorn	1 Bag	130.000	11.000	3.000	0.000	300.000	250.000	8.000	2.000	1.000	1.000	0.000	20.000	0.000	0.000	3.600	0	0
SNS Chips Doritos Cool Ranch	1 Bag	130.000	5.000	1.000	0.000	0.000	160.000	19.000	2.000	1.000	2.000	0.360	40.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Chips Doritos Nacho Cheese	1 Bag	130.000	5.000	1.000	0.000	0.000	220.000	19.000	2.000	2.000	2.000	0.360	20.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Chips Funyuns	1 Bag	110.000	5.000	1.000	0.000	0.000	200.000	14.000	0.000	0.000	1.000	0.720	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Choc. Chip Cookie	1 ea.	220.000	7.000	2.000	0.000	10.000	135.000	37.000	2.000	19.000	3.000	1.800	20.000	35.270	0.000	0.000	0	0
SNS Clodhoppers Chocolate	1 Bag	190.000	8.000	7.000	0.000	0.000	180.000	28.000	1.000	21.000	2.000	0.360	40.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS clodhoppers Vanilla	1 Bag	190.000	8.000	7.000	0.000	0.000	180.000	29.000	1.000	21.000	2.000	0.360	40.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Crystal Light Lemonade	1 ea.	5.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
SNS Crystal Light Peach Tea	1 ea.	5.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
SNS Crystal Light Raspberry	1 ea.	5.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
SNS Gatorade Berry	1 bottle.	90.000	0.000	0.000	0.000	0.000	160.000	22.000	0.000	22.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Gatorade Fruit Punch	1 bottle.	90.000	0.000	0.000	0.000	0.000	160.000	22.000	0.000	22.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Gatorade Ice Punch	1 bottle.	90.000	0.000	0.000	0.000	0.000	160.000	22.000	0.000	22.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0

SNS Gatorade Lemon Lime	1 bottle.	90.000	0.000	0.000	0.000	0.000	160.000	22.000	0.000	22.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Gatorade Orange	1 bottle.	90.000	0.000	0.000	0.000	0.000	160.000	22.000	0.000	22.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Choc Fudge Bar	1 Bar	130.000	5.000	4.500	0.000	0.000	65.000	19.000	0.000	16.000	3.000	0.720	100.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Cookie Cone	1 ea.	170.000	8.000	6.000	0.000	0.000	105.000	22.000	1.000	13.000	2.000	1.440	40.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Grizzly Bar	1 Bar	210.000	13.000	12.000	0.000	0.000	50.000	19.000	0.000	15.000	2.000	0.720	60.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Nutzo Cone	1 cone	190.000	9.000	7.000	0.000	0.000	70.000	23.000	1.000	14.000	3.000	0.720	40.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Sand. C&C	1 sandwich	170.000	6.000	3.000	0.000	15.000	140.000	26.000	0.000	13.000	3.000	1.440	60.000	0.000	100.000	0.000	0	0
SNS Ice Cream Sand. Vanilla	1 sandwich	170.000	6.000	3.500	0.000	20.000	130.000	25.000	0.000	13.000	3.000	1.080	60.000	0.000	200.000	0.000	0	0
SNS Ritz Bits with Cheese	1 Bag	220.000	13.000	4.500	0.000	5.000	480.000	24.000	1.000	6.000	3.000	1.080	80.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Slushie Blue Coconut	6 fl. oz.	82.500	0.000	0.000	0	0.000	18.750	21.000	0.000	20.250	0.000	0.270	75.000	0.000	1312.500	45.000	0	0
SNS Slushie Strawberry	6 fl. oz.	82.500	0.000	0.000	0	0.000	18.750	21.000	0.000	20.250	0.000	0.270	75.000	0.000	1312.500	45.000	0.000	0.000
SNS Soft Baked Pretzel	1 pretzel	180.000	1.000	0.000	0.000	0.000	940.000	38.000	1.000	1.000	6.000	1.800	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Sunchips Cheddar	1 Bag	140.000	6.000	1.000	0.000	0.000	160.000	19.000	2.000	2.000	2.000	0.360	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Sunchips French Onion	1 Bag	140.000	6.000	1.000	0.000	0.000	130.000	18.000	2.000	3.000	2.000	0.360	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
SNS Sunchips Multi Grain	1 Bag	140.000	6.000	1.000	0.000	0.000	120.000	18.000	2.000	2.000	2.000	0.360	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
Extras																		
BBQ Sauce	1 ea.	45.714	0.000	0.000	0.000	0.000	420.570	0.000	0.000	5.486	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Butter Cups	1 c.	35.000	4.000	2.500	0	10.000	35.000	0.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	200.000	0.000	0.000	0.000
Cheese Sandwich - No Money Meal	1 ea.	195.000	3.000	1.250	0.000	7.500	510.000	33.000	0.000	4.500	7.500	1.440	100.000	0.000	150.000	0.000	0(M)	0(M)
Chicken Gravy FF	1/4 c.	25.000	0.000	0.000	0.000	0.000	280.000	5.000	0.000	1.000	1.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Italian Dressing Fat Free	1 pkg.	5.000	0.000	0.000	0.000	0.000	110.000	1.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0.000	0.000	0	0
Ketchup Packet	1 pkg.	9.000	0.000	0.000	0.000	0.000	100.000	3.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	100.000	0.000	0	0
Marinara Sauce	1 ea.	43.333	1.896	0.271	0.000	0.000	308.748	6.500	1.083	3.792	1.083	0.390	10.833	0.000	270.832	8.125	0(M)	0(M)
Mayonaise Reduced Fat Packet	1 pkg.	45.000	4.000	0.000	0.000	0.000	75.000	3.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
Mustard Packets	1 pkg.	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0
Pickle Slices	1/4 c.	4.650	0.054	0.014	0	0.000	339.062	1.004	0.426	0	0.232	0.143	16.275	12.788	70.912	0.310	36.553	0.907
Ranch Dressing Fat Free	1 pkg.	15.000	0.000	0.000	0.000	0.000	190.000	4.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0	0.000	0.000	0	0
Salsa	1 ea.	41.600	0.000	0.000	0.000	0.000	582.400	8.320	4.160	8.320	0.000	1.498	83.200	0.000	624.000	4.992	0(M)	0(M)
Syrup Cups	1 ea.	110.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	27.000	0.000	11.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Fruit/Vegetable																		
Baked Beans	1/2 c.	164.980	1.100	0.000	0.000	5.499	593.929	32.996	7.699	12.098	6.599	1.980	65.992	0(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Baked Potato Wedge	1/2 c.	82.757	0.460	0.000	0.000	0.000	211.490	18.390	1.839	0.000	1.839	0.662	0(M)	0(M)	0(M)	8.276	0(M)	0(M)

Black Beans	1/2 c.	138.804	0.644	0.094	0.000(M)	0.000	753.012	24.305	8.391	0.000(M)	8.347	1.192	53.661	0.000	0.146	0.538	124.654(M)	2.967(M)
Black Eyed Peas	1/2 c.	98.074	0.590	0.086	0.000(M)	0.000	509.432	17.539	3.697	0.667(M)	5.481	1.486	45.029	0.000	50.133	0.893	5.941(M)	0.023(M)
Cantaloupe	1/2 c.	55.352	0.309	0.083	0(M)	0.000	26.048	13.284	1.465	0(M)	1.368	0.342	14.652	524.216	5505.896	59.748	146.764	1.058
Cucumber Slices & Cherry Tomatoes	1/2 c.	22.560	0.208	0.047	0(M)	0.000	4.629	5.188	1.126	0(M)	1.040	0.380	18.329	54.522	598.615	10.033	130.899	0.599
Fresh Apple - Elem.	1/2 ea.	47.320	0.155	0.027	0(M)	0.000	0.910	12.567	2.184	0(M)	0.237	0.109	5.460	4.550	49.140	4.186	77.860	0.173
Fresh Apple - Sec.	1 ea.	94.640	0.309	0.055	0(M)	0.000	1.820	25.134	4.368	0(M)	0.473	0.218	10.920	9.100	98.280	8.372	155.719	0.346
Fresh Baby Carrots	1/2 c.	30.120	0.116	0.020	0(M)	0.000	66.864	7.056	2.498	0(M)	0.603	0.789	28.608	1269.960	11939.040	3.048	80.457	0.559
Fresh Broccoli	1/2 c.	12.852	0.140	0.015	0(M)	0.000	12.474	2.510	0.983	0(M)	1.066	0.276	17.766	58.212	235.494	33.718	33.755	0.329
Fresh Cherry Tomatoes	1/2 c.	11.220	0.125	0.019	0(M)	0.000	3.117	2.444	0.748	0(M)	0.548	0.168	6.233	38.646	519.234	7.916	58.905	0.312
Fresh Cucumber Slices	1/2 c.	11.340	0.083	0.028	0(M)	0.000	1.512	2.744	0.378	0(M)	0.491	0.212	12.096	15.876	79.380	2.117	71.994	0.287
Fresh Jicama Sticks	1/2 c.	4.230	0.021	0.002	0.000(M)	0.000	70.478	1.140	0.250	0.000(M)	0.112	0.082	3.939	9.187(M)	358.790	2.814	10.477(M)	0.050(M)
Fresh Orange	1 ea.	61.570	0.157	0.026	0(M)	0.000	0.000	15.392	3.144	0(M)	1.231	0.131	52.400	27.510	294.750	69.692	113.642	0.576
Fresh Spinach Salad	1/2 c.	14.113	0.185	0.029	0.000(M)	0.000	19.420	2.781	1.083	0(M)	1.058	0.714	26.186	177.440	2436.246	12.458	67.722	0.622
Green Grapes	1/2 c.	50.652	0.265	0.086	0(M)	0.000	1.512	12.965	0.680	0(M)	0.476	0.219	10.584	7.560	75.600	3.024	61.463	0.431
Honeydew Melon	1/2 c.	45.000	0.175	0.048	0(M)	0.000	22.500	11.362	1.000	0(M)	0.675	0.212	7.500	5.000	62.500	22.500	112.275	0.512
Italian Vegetable Medley	1/2 c.	39.322	0.000	0.000	0.000(M)	0.000	171.256	6.741	2.247	2.247(M)	2.247	0.000	0.000	0.000(M)	1123.479	6.741	0(M)	0(M)
Juice Fruit 100% Cranraspberry	1 ea.	60.000	0.000	0.000	0.000	0	10.000	13.000	0	11.000	0.000	0	100.000	0	500.000	60.000	0	0
Juice Fruit 100% White Grape	1 ea.	80.000	0.000	0.000	0.000	0.000	10.000	20.000	0.000	20.000	0.000	0.000	100.000	0	500.000	60.000	0	0
Mashed Potatoes	1/2 c.	94.828	2.634	0.527	0.000	4.215	410.921	16.858	1.054	0(M)	2.107	0.379	21.073	0.000	0.000	5.058	0(M)	0(M)
Pinto Beans	1/2 c.	156.194	0.612	0.000	0.000	0.000	787.626	27.518	8.198	1.524(M)	8.659	2.495	89.518	0.000	114.286	2.395	0(M)	0(M)
Red Grapes	1/2 c.	50.652	0.265	0.086	0(M)	0.000	1.512	12.965	0.680	0(M)	0.476	0.219	10.584	7.560	75.600	3.024	61.463	0.431
Seasoned Corn	1/2 c.	63.016	0.450	0.000	0.000(M)	0.000	149.602	18.005	2.701	0(M)	2.701	1.296	0.000	0.000	0.000	4.321	0(M)	0(M)
Seasoned Green Beans	1/2 c.	30.491	0.000	0.000	0.000(M)	0.000	114.286	6.100	2.030	0(M)	1.020	0.734	40.660	40.660	203.291	9.150	0(M)	0(M)
Steamed Broccoli	1/2 c.	18.400	0.000	0.000	0.000(M)	0.000	217.457	2.455	1.227	0(M)	1.227	0.002	12.396	0.000	0.000	18.400	0.001(M)	0.528(M)
Steamed Edamame	1/2 c.	94.052	3.734	0.746	0.000(M)	0.000	69.566	6.392	5.538	0.000(M)	8.265	1.371	48.733	354.436(M)	2414.465	7.410	15.503(M)	0.127(M)
Sweet Potato Sticks	1/2 c.	59.105	0.034	0.012	0(M)	0.000	37.800	13.828	2.062	0(M)	1.079	0.419	20.618	1378.667	9750.321	1.650	53.112	0.680
Sweet Potato Waffle Fries	1/2 c.	143.158	7.579	1.684	0.000(M)	0.000	303.158	17.684	2.526	4.210(M)	0.842	0.303	16.842	0.000(M)	2526.320	3.032	0(M)	0(M)
Three Bean Salad	1/2 c.	79.957	0.000	0.000	0.000(M)	0.000	481.589	13.285	4.228	0.711(M)	4.929	1.115	52.329	7.633(M)	38.164	0.719	0(M)	0(M)
Watermelon	1/2 c.	24.644	0.123	0.013	0(M)	0.000	0.821	6.202	0.329	0(M)	0.501	0.197	5.750	30.394	467.405	6.654	75.122	0.205

Main Dish																		
Beef & Cheese Nachos w/ WG Chips	1 serv.	309.205	16.912	5.354	0.000	51.122	599.450	22.352	1.000	1.330	18.002	2.358	77.166	0.000(M)	68.592	0.000	0(M)	0(M)
Beef & Cheese Soft Taco	1 serv.	330.546	17.885	7.875	0.000	66.799	827.341	22.660	3.000	2.330(M)	23.355	2.158	235.000	0.000(M)	270.001	0.000	0(M)	0(M)
Beef Burrito	1 ea.	595.428	20.512	7.383	0.000(M)	55.697	1805.333	72.866	8.097	3.330(M)	29.951	6.424	203.470	0.000(M)	637.220	0.000	68.484(M)	2.369(M)
Beef Hot Dog on WG Bun	1 ea.	290.000	17.500	6.000	0.000	35.000	740.000	22.000	2.000	3.000	11.000	1.800	40.000	0(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Boneless Chicken Wings w/ WG Roll	1 serv.	413.335	18.167	3.000	0.000	58.334	835.004	36.667	2.000	3.000	27.000	3.120	20.000	0.000(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Breakfast Pizza	1 ea.	230.000	11.000	4.500	0.000	15.000	680.000	26.000	1.000	6.000	9.000	1.440	100.000	50.000	250.000	0.000	0(M)	0(M)
Buffalo Chicken Wrap	1 ea.	420.874	18.000	5.000	0.000	65.000	4891.558	33.175	1.000	1.000(M)	27.000	1.800	200.000	0.000	300.000	0.000	0(M)	0(M)
Cereal Froot Loops	1 ea.	80.000	0.500	0.000	0.000	0.000	95.000	18.000	2.000	9.000	1.000	2.700	0.000	0	300.000	9.000	0	0
Cereal Rice Krispies	1 ea.	70.000	0.000	0.000	0.000	0.000	100.000	16.000	0.000	2.000	1.000	4.500	0.000	0	500.000	6.000	0	0
Cheese Pizza Whole Grain	1 slice (1/10 cut)	320.000	9.000	3.500	0.000	15.000	490.000	39.000	4.000	4.000	19.000	2.700	250.000	0.000	400.000	0.000	0(M)	0(M)
Cheeseburger on WG Bun	1 ea.	295.000	11.500	4.250	0.000	52.500	575.000	24.000	2.000	3.500	23.500	2.880	160.000	0.000	150.000	0.000	0(M)	0(M)
Chicken Burrito	1 ea.	631.185	19.686	6.198	0.000(M)	94.482	2085.663	80.424	9.907	2.000(M)	31.997	2.784	215.102	5.594(M)	170.120	7.302	116.775(M)	2.852(M)
Chicken Philly Sandwich	1 ea.	396.398	11.686	4.198	0.000(M)	94.482	1123.745	48.990	5.188	10.000(M)	25.845	3.284	175.744	5.594(M)	170.120	9.702	10.298(M)	0.046(M)
Chicken Tenders w/ WG Roll	2 ea.	360.000	15.500	3.000	0.000	50.000	715.000	32.000	3.000	3.000	22.000	2.520	20.000	0.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Corn Dog Whole Grain	1 ea.	220.000	7.000	1.500	0.000	40.000	650.000	31.000	3.000	11.000	10.000	1.800	60.000	0(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Egg & Sausage Inside Outer	1 ea.	271.200	10.550	3.350	0.090	153.300	682.100	25.160	2.000	3.500(M)	17.740	2.300	191.800	0.000(M)	391.800	0.500	0(M)	0(M)
French Toast Sticks	1 ea.	240.000	8.000	1.500	0.000	135.000	350.000	34.000	0.000	9.000	9.000	2.000	58.000	0(M)	205.000	0.000	0(M)	0(M)
Garden Salad w/ Cheez-It Crackers - Sec.	1 ea.	313.338	18.943	10.142	0.000(M)	162.500	464.094	19.068	2.952	0.000(M)	15.693	2.397	315.573	207.751(M)	7170.265	21.645	109.779(M)	0.623(M)
Garden Salad w/ Graham Crackers - Elem.	1 ea.	333.338	19.443	10.142	0.000(M)	160.500	449.094	26.068	1.952	8.000(M)	15.693	2.757	415.573	207.751(M)	7170.265	21.645	109.779(M)	0.623(M)
Granola	1/4 c.	108.642	1.481	0.000	0.000	0.000	64.198	22.716	1.975	7.901	1.975	0.356	0.000	0	0.000	0.000	0	0
Grilled Cheese Sandwich w/ WG Bread	1 ea.	230.000	6.000	2.500	0.000	15.000	700.000	32.000	2.000	5.000(M)	13.000	1.440	280.000	0.000(M)	300.000	0.000	0(M)	0(M)
Grilled Parmesan Chicken Sandwich on WG Bun	1 ea.	325.158	12.386	4.132	0.000(M)	60.035	807.870	28.502	2.500	4.750(M)	24.012	2.340	175.387	0.000(M)	225.352	3.750	0.000(M)	0.000(M)
Ham & Cheese Melt on WG Bun	1 ea.	269.177	8.644	3.443	0.000	52.733	1102.794	25.629	2.000	4.000(M)	21.433	2.119	260.000	0.000	300.000	1.509	0(M)	0(M)
Hamburger on WG Bun	1 ea.	260.000	9.500	3.000	0.000	45.000	365.000	23.000	2.000	3.000	20.000	2.880	60.000	0.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Italian Sub on WG Bun	1 ea.	445.215	13.489	6.696	0.017	72.553	3207.869	50.396	5.000	10.380(M)	29.806	5.464	359.674	192.861(M)	270.000	14.786	0(M)	0(M)
Low Fat Banana Nut Muffin	1 ea.	170.000	5.000	1.000	0.000	30.000	180.000	27.000	1.000	15.000	3.000	5.400	40.000	0	1250.000	15.000	0	0
Low Fat Yogurt Danimals	1 ea.	110.000	1.500	1.000	0.000	5.000	80.000	19.000	0.000	17.000	5.000	0.000	150.000	0	0.000	0.000	0	0

Meatball Hoagie on WG Bun - Elem	1 ea.	330.494	12.786	4.332	0.000(M)	33.369	985.876	31.968	3.300	7.550(M)	20.479	3.348	203.391	0.000(M)	425.355	9.750	0.000(M)	0.000(M)
Meatball Hoagie on WG Bun - Sec	1 ea.	543.372	18.780	7.409	0.000(M)	55.076	1449.888	61.458	6.576	15.515(M)	31.602	5.967	356.591	0.000(M)	594.698	14.218	0.000(M)	0.000(M)
Monte Cristo Breakfast Sandwich	1 ea.	297.872	11.245	3.113	0.009	157.686	663.488	35.143	0.000	9.500(M)	15.280	2.242	98.956	0.000(M)	255.000	0.493	0(M)	0(M)
Orange Chicken & Brown Rice Bowl	1 serv.	245.239	4.182	1.393	0.000(M)	41.739	431.974	34.320	1.341	9.044(M)	16.455	1.035	16.918	1.628(M)	41.614	0.785	10.141(M)	0.977(M)
Oven Baked Chicken w/ WG Roll	1 serv.	435.555	21.500	7.167	0.000	211.111	468.332	15.000	2.000	3.000	42.000	2.320	64.444	0.000	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Pancake on a Stick WG	1 ea.	210.000	9.000	2.500	0.000	20.000	480.000	26.000	1.000	9.000	7.000	1.440	20.000	0(M)	100.000	0.000	0(M)	0(M)
Sausage Kolache WG	1 ea.	230.000	6.000	1.500	0.000	25.000	250.000	34.000	4.000	0(M)	10.000	4.500	60.000	0.000	500.000	2.400	0(M)	0(M)
Sausage on a Stick with WG Roll	1 ea.	280.000	16.500	5.500	0.000	45.000	725.000	19.000	2.000	5.000	13.000	1.800	40.000	0.000(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Scrambled Eggs & Sausage Patty & WG Toast Elem	1 serv.	206.654	9.414	2.554	0.090	190.799	443.916	16.614	1.000	2.000(M)	13.604	1.744	80.891	0.000(M)	332.708	0.500	0(M)	0(M)
Scrambled Eggs, Sausage Patty & WG Toast Sec	1 serv.	286.654	10.414	2.554	0.090	190.800	583.916	31.614	2.000	4.000(M)	16.604	2.464	120.891	0.000(M)	332.708	0.500	0(M)	0(M)
Teriyaki Chicken w/ Brown Rice	1 serv.	295.780	5.170	1.655	0.000(M)	48.668	835.557	41.672	3.418	10.545(M)	20.957	1.691	55.066	256.021(M)	1295.470	70.649	81.061(M)	2.457(M)
Turkey BBQ Sandwich	1 ea.	269.640	2.938	0.432	0.041	37.196	1067.532	37.211	2.000	3.000(M)	22.386	3.187	114.664	0.000	0.000	0.719	0(M)	0(M)
Turkey Bowl with Brown Rice	1 serv.	224.882	4.435	1.577	0.039(M)	36.146	469.542	32.450	2.666	0(M)	15.905	1.602	10.127	0.000	69.372	2.891	70.228(M)	0.944(M)
Turkey Chili Bowl w/ WG Roll - Elem	1 serv.	291.936	12.871	6.139	0.000	83.797	718.672	21.355	2.000	3.000(M)	22.612	2.869	218.547	0.000(M)	1064.340	3.813	0(M)	0(M)
Turkey Chili Bowl w/ WG Roll - Sec	1 serv.	315.617	13.099	6.206	0.000(M)	86.445	831.619	25.246	3.104	3.000(M)	24.179	3.174	233.574	1.560(M)	1137.318	4.724	20.258(M)	0.366(M)
Vegetarian Taco Burger on WG Bun	1 ea.	270.000	5.500	0.500	0.000	0.000	700.000	38.000	5.000	5.000	17.000	3.240	100.000	0.000(M)	0.000	0.000	0(M)	0(M)
Whole Grain Pasta w/ Meatballs Elem.	1 serv.	331.600	15.830	3.890	0.000(M)	35.000	739.547	26.400	3.400	4.300(M)	19.800	3.636	74.547	0.000	250.000	7.500	151.400(M)	0.152(M)
Whole Grain Pasta w/ Meatballs Sec.	1 serv.	379.600	16.190	3.890	0.000(M)	35.000	739.547	36.240	4.840	4.780(M)	21.480	3.982	74.547	0.000	250.000	7.500	151.400(M)	0.152(M)
Milk																		
Milk Chocolate Bottle FF 8oz	1 bottle.	130.000	0.000	0.000	0.000	5.000	260.000	23.000	0	21.000	8.000	0.000	300.000	0.000	500.000	2.400	0	0
Milk Strawberry Bottle FF 8oz	1 bottle.	150.000	0.000	0.000	0.000	0.000	115.000	30.000	0	29.000	8.000	0.000	300.000	0.000	750.000	2.400	0	0
Milk Unflavored Bottle 1% 8oz	1 bottle.	138.000	3.500	2.000	0.000	14.000	170.000	17.000	0	15.000	11.000	0.000	400.000	0.000	750.000	3.600	0.000	0.000