

This Excel Spreadsheet contains the nutrition information for all elementary breakfast in the classroom (BIC) entrees. The entrees are listed by cycle date. The cycle date for the menu item is listed in the far left column. Please refer to the Cycle Dates Calendar (below) to determine which calendar date corresponds with a cycle date.

All fruits and vegetables are listed in a separate Excel spreadsheet.

### Cycle Dates 2018-2019

September 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
	<sup>4</sup> 2	<sup>5</sup> 3	<sup>6</sup> 4	<sup>7</sup> 5
<sup>10</sup> 6	<sup>11</sup> 7	<sup>12</sup> 8	<sup>13</sup> 9	<sup>14</sup> 10
<sup>17</sup> 11	<sup>18</sup> 12	<sup>19</sup> 13	<sup>20</sup> 14	<sup>21</sup> 15
<sup>24</sup> 16	<sup>25</sup> 17	<sup>26</sup> 18	<sup>27</sup> 19	<sup>28</sup> 20

October 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
<sup>1</sup> 21	<sup>2</sup> 22	<sup>3</sup> 23	<sup>4</sup> 24	<sup>5</sup> 25
<sup>8</sup> 1	<sup>9</sup> 2	<sup>10</sup> 3	<sup>11</sup> 4	<sup>12</sup> 5
<sup>15</sup> 6	<sup>16</sup> 7	<sup>17</sup> 8	<sup>18</sup> 9	<sup>19</sup> 10
<sup>22</sup> 11	<sup>23</sup> 12	<sup>24</sup> 13		
<sup>29</sup> 16	<sup>30</sup> 17	<sup>31</sup> 18		

November 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
			<sup>1</sup> 19	<sup>2</sup> 20
<sup>5</sup> 21	<sup>6</sup> 22	<sup>7</sup> 23	<sup>8</sup> 24	<sup>9</sup> 25
<sup>12</sup> 1	<sup>13</sup> 2	<sup>14</sup> 3	<sup>15</sup> 4	<sup>16</sup> 5
<sup>19</sup> 6	<sup>20</sup> 7			
<sup>26</sup> 11	<sup>27</sup> 12	<sup>28</sup> 13	<sup>29</sup> 14	<sup>30</sup> 15

December 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
<sup>3</sup> 16	<sup>4</sup> 17	<sup>5</sup> 18	<sup>6</sup> 19	<sup>7</sup> 20
<sup>10</sup> 21	<sup>11</sup> 22	<sup>12</sup> 23	<sup>13</sup> 24	<sup>14</sup> 25
<sup>17</sup> 1	<sup>18</sup> 2	<sup>19</sup> 3	<sup>20</sup> 4	<sup>21</sup> 5

January 2019				
Mo	Tu	We	Th	Fr
		<sup>2</sup> 13	<sup>3</sup> 14	<sup>4</sup> 15
<sup>7</sup> 16	<sup>8</sup> 17	<sup>9</sup> 18	<sup>10</sup> 19	<sup>11</sup> 20
<sup>14</sup> 21	<sup>15</sup> 22	<sup>16</sup> 23	<sup>17</sup> 24	<sup>18</sup> 25
	<sup>22</sup> 2	<sup>23</sup> 3	<sup>24</sup> 4	<sup>25</sup> 5
<sup>28</sup> 6	<sup>29</sup> 7	<sup>30</sup> 8	<sup>31</sup> 9	

February 2019				
Mo	Tu	We	Th	Fr
				<sup>1</sup> 10
<sup>4</sup> 11	<sup>5</sup> 12	<sup>6</sup> 13	<sup>7</sup> 14	<sup>8</sup> 15
<sup>11</sup> 16	<sup>12</sup> 17	<sup>13</sup> 18	<sup>14</sup> 19	<sup>15</sup> 20
	<sup>19</sup> 22	<sup>20</sup> 23	<sup>21</sup> 24	<sup>22</sup> 25
<sup>25</sup> 1	<sup>26</sup> 2	<sup>27</sup> 3	<sup>28</sup> 4	

March 2019				
Mo	Tu	We	Th	Fr
				<sup>1</sup> 5
<sup>4</sup> 6	<sup>5</sup> 7	<sup>6</sup> 8	<sup>7</sup> 9	<sup>8</sup> 10
<sup>11</sup> 11	<sup>12</sup> 12	<sup>13</sup> 13	<sup>14</sup> 14	<sup>15</sup> 15
<sup>18</sup> 16	<sup>19</sup> 17	<sup>20</sup> 18	<sup>21</sup> 19	

April 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
<sup>1</sup> 1	<sup>2</sup> 2	<sup>3</sup> 3	<sup>4</sup> 4	<sup>5</sup> 5
<sup>8</sup> 6	<sup>9</sup> 7	<sup>10</sup> 8	<sup>11</sup> 9	<sup>12</sup> 10
<sup>15</sup> 11	<sup>16</sup> 12	<sup>17</sup> 13	<sup>18</sup> 14	
<sup>22</sup> 16	<sup>23</sup> 17	<sup>24</sup> 18	<sup>25</sup> 19	<sup>26</sup> 20
<sup>29</sup> 21	<sup>30</sup> 22			

May/June 2018				
Mo	Tu	We	Th	Fr
		<sup>1</sup> 23	<sup>2</sup> 24	<sup>3</sup> 25
<sup>6</sup> 1	<sup>7</sup> 2	<sup>8</sup> 3	<sup>9</sup> 4	<sup>10</sup> 5
<sup>13</sup> 6	<sup>14</sup> 7	<sup>15</sup> 8	<sup>16</sup> 9	<sup>17</sup> 10
<sup>20</sup> 11	<sup>21</sup> 12	<sup>22</sup> 13	<sup>23</sup> 14	<sup>24</sup> 15
	<sup>28</sup> 17	<sup>29</sup> 18	<sup>30</sup> 19	<sup>31</sup> 20
<sup>3</sup> 21	<sup>4</sup> 22	<sup>5</sup> 23	<sup>6</sup> 24	<sup>7</sup> 25





# RECIPE NUTRITIONAL SUMMARY - ES BIC 18/19 SY

2019-01-07 09:20

Menu Cycle Date	Recipe Number	Marketing Name	Serving Size	Calories (kcal)	Calories from Fat (kcal)	Total Fat (g)	Sat Fat (g)	Trans Fat (g)	Chol (mg)	Sodium (mg)	Carbs (g)	Fiber (g)	Sugar (g)	Pro (g)	Vit A (%DV)	Vit C (%DV)	Ca (%DV)	Iron (%DV)
1	M51267	Blueberry Muffin	1 muffin (0 g)	190	50	6	2	0	40	130	30	2	16	3	2	0	2	6
1	M52695	String Cheese	1 stick (0 g)	60	25	3	2	0	10	200	1	0	1	7	4	0	20	0
2	M51274	Cinnamon French Toast	1 pouch (0 g)	220	60	7	1	0	0	200	37	2	11	4	0	0	6	8
3	M54818	Maple Cheddar Cheese & Egg Filled Bosco Stick	1 each (0 g)	160	60	7	3	0	55	340	17	2	2	8	*	*	15	6
4	M52927	Cinnamon UBR	1 each (0 g)	240	50	6	2	0	<5	210	43	6	17	5	0	0	2	4
5	M52554	Cherry Frudel	1 pouch (0 g)	210	50	6	1.5	0	0	290	37	2	11	5	0	0	0	6
6	M50078	Apple Bosco Stick	1 each (0 g)	190	25	2.5	0.5	0	0	170	38	3	9	5	0	0	2	10
7	M51673	Apple Blueberry Bar	1 each (0 g)	290	80	9	3	0	20	200	48	3	23	5	0	0	2	8
8	M52927	Cinnamon UBR	1 each (0 g)	240	50	6	2	0	<5	210	43	6	17	5	0	0	2	4
9	M53525	Banana Muffin	1 muffin (0 g)	380	90	10	4.5	0	10	560	71	3	32	5	0	6	0	4
10	M52590	Blueberry Mini Waffles	1 pouch (0 g)	210	50	6	1	0	0	170	37	3	12	4	0	0	2	4
11	M53706	Mini Cinnamon Creamy Cheese Bagels	1 each (0 g)	240	50	6	2.5	0	10	180	41	2	13	6	2	0	2	8
12	M53302	Turkey Pancake Wrap	1 each (0 g)	200	90	10	2.5	0	25	310	17	3	4	7	0	0	2	10
13	M51240	Apple Frudel	1 pouch (0 g)	210	50	6	1.5	0	0	280	36	2	11	5	0	0	0	0
14	M51799	Blueberry Muffin	1 muffin (0 g)	370	90	10	4.5	0	10	560	69	3	33	4	0	0	0	4
15	M52585	Berry French Toast	1 pouch (0 g)	220	60	7	1	0	0	190	37	2	11	4	0	0	4	6
16	M51266	Banana Muffin	1 muffin (0 g)	190	50	6	2	0	40	130	31	2	17	3	2	0	4	4
16	M52695	String Cheese	1 stick (0 g)	60	25	3	2	0	10	200	1	0	1	7	4	0	20	0
17	M52927	Cinnamon UBR	1 each (0 g)	240	50	6	2	0	<5	210	43	6	17	5	0	0	2	4
18	M50078	Apple Bosco Stick	1 each (0 g)	190	25	2.5	0.5	0	0	170	38	3	9	5	0	0	2	10
19	M53302	Turkey Pancake Wrap	1 each (0 g)	200	90	10	2.5	0	25	310	17	3	4	7	0	0	2	10



# RECIPE NUTRITIONAL SUMMARY - ES BIC 18/19 SY

2019-01-07 09:20

20	M53706	Mini Cinnamon Creamy Cheese Bagels	1 each (0 g)	240	50	6	2.5	0	10	180	41	2	13	6	2	0	2	8
21	M52580	Strawberry NG Bar	1 each (0 g)	160	35	4	0.5	0	0	150	30	3	14	2	15	0	20	10
21	M53626	Cheddar Cheese Cubes	1 each (0 g)	90	60	7	4.5	0	20	190	0	0	0	7	6	0	20	0
22	M52981	Apple Cinnamon Muffin Square	1 each (0 g)	420	100	11	5	0	10	630	78	3	37	5	0	0	0	6
23	M52006	Turkey Sausage Sandwich	1 each (0 g)	160	45	5	1.5	0	25	370	18	2	3	10	0	10	2	8
24	M66453	Grape Filled Crescent	1 pouch (0 g)	210	50	6	1	0	0	260	35	2	9	5	0	0	2	6
25	M53707	Mini Strawberry Creamy Cheese Bagels	1 each (0 g)	240	50	6	2.5	0	10	180	41	2	13	6	2	0	2	6