

Silvergreens Menu - Food Allergens

Breakfast Items

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
American Bowl	Y	Y	N	N	N	N	T	N	N	N
Mediterranean Bowl	Y	Y	N	N	N	N	T	N	N	N
Southwestern Bowl	Y	Y	N	N	N	N	T	N	N	N
California Bowl	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Wheat Tortilla (burritos)	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Classic Belgian Waffle	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Santa Barbara Berry Waffle	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Chocolate Chip Banana Waffle	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	Y	N
Acai Energy Bowl	N	N	N	N	N	Y	T	N	Y	N
Premium Yogurt Parfait	N	Y	N	N	N	Y	T	N	Y	N
Oatmeal w/ Fresh Fruit	N	N	N	N	N	Y	Y	N	Y	N

Salads *(not including dressing)*

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
BBQ Chicken Chop Salad	N	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Caesar Salad	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Chicken Caesar Salad	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Crispy Thai Salad	Y	Y	N	N	Y	N	Y	Y	N	N
El Capitan Salad	N	Y	N	N	N	N	T	Y	N	N
Garden Harvest Salad	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Green Apple Salad	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	N
Mandarin Chicken Salad	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N
Mediterranean Tahini Salad	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Seared Ahi Salad	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N
Shrimp & Avocado Salad	N	Y	N	Y	N	Y	N	N	Y	N
Steak Cobb Salad	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N

Salad Dressings

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Ahi Ginger Dressing	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	Y	N
Balsamic Vinaigrette	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	N
Caesar Dressing	Y	Y	Y	N	N	N	Y	Y	Y	N
Fresh Salsa	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N
Lemon Tahini Dressing	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Mango Vinaigrette	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	N
Oriental Dressing	N	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Ranch Dressing	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Thai Peanut Dressing	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N

Soups

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Cream of Broccoli	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Chicken and Rice	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N
New England Clam Chowder	N	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N
Chicken Tortilla	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Potato Cheddar	N	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N
Tomato Basil	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Vegetable Harvest	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N

Pastas

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Chicken Parmesan Pasta	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	Y	N
Chicken Spinach Pesto	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Fettucine Alfredo	Y	Y	N	N	N	Y	Y	N	N	N
Penne Marinara	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	Y	N
Spaghetti & Meatballs	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	Y	N
Sundried Tomato Pesto	Y	Y	N	N	N	Y	Y	N	Y	N
Thai Chicken Stir Fry	N	Y	N	N	Y	N	Y	Y	N	N

Sides	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Chicken Tender Basket	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Green Fries	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Hand-Cut French Fries	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Mac & Cheese	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Fruit Salad	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N

Sandwiches & Burgers

(does not include bread or burger patties)

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
BLT w/ Avocado Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
California Pesto Burger	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Chicken Club Sandwich	N	Y	N	N	N	N	Y	N	Y	N
Chicken Pesto MBT Sandwich	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Chicken Ranch Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Classic Burger	Y	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Classic Turkey Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Crispy Bacon Western Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
French Dip Sandwich	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Hummus Delight Sandwich	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Jalapeno Western Burger	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Pepper Jack Bacon Burger	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Steak & Avocado Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Sundried Tomato & Avocado Burger	N	Y	N	N	N	N	N	N	Y	N
Thanksgiving Turkey Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Tillamook Grilled Chicken Sandwich	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Turkey, Bacon and Avocado Sandwich	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	N

Burger Patties

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
All-Natural Angus Beef Patty	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Spicy Black Bean Patty <i>(vegetarian)</i>	Y	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N
All-Natural Turkey Patty	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N

Bread Options

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Honey Wheat Bread	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N
French Baguette Bread	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N
Sourdough Bread	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N
Homemade Wheat Burger Bun	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N

Condiments

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Au Jus (French Dip)	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N
BBQ Sauce	N	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Buffalo Sauce	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Lite Mayonnaise	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Lite Pesto Mayo	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Mustard	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Pesto Sauce	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Silvergreens Spread	Y	N	N	N	N	N	Y	Y	N	N

Desserts

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Brookie	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Chocolate Chip Cookie	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N
Oatmeal Cranberry Cookie	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N
Rice Crispy Treat	N	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N
Vanilla Frozen Yogurt	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N

Beverages, Shakes, Smoothies

	Egg	Dairy	Fish	Shellfish	Peanuts	Tree Nuts	Wheat/ Gluten	Soy	Sulfites	MSG
Pepsi, Diet Pepsi, Wild Cherry Pepsi	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Mountain Dew, Mug Root Beer, Orange Soda	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Sierra Mist, SoBe Lean Cran/Grapefruit	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Orange Freeze Smoothie	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Power Smoothie	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	Y	N
Strawberry Swirl Smoothie	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Fresh Strawberry Shake	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N
Cookie Monster Shake	Y	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N