

Kitchen Corner Menus

Menu/Menú

Make sure all hands are clean / Asegúrese de que las manos estén limpias

Monday/ lunes

Breakfast/Desayuno

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Cinnamon Oatmeal/ Avena
Fresh Diced Apples/ Cuadritos pequeños de manzanas

Lunch/Almuerzo

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Tuna Melt / Atún
Whole Grain Flatbread / Pan integral
Fresh Sliced Bell Peppers / Rebanadas de pimiento
Mandarin Oranges/ Mandarinas

Snacks/ Merienda

Water and Graham Crackers/ Agua y galletas "Graham"
Bananas/ Guineos

Tuesday/ martes

Breakfast/Desayuno

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Whole Grain English Muffin/ Muffin inglés
Fresh Banana / Guineos frescos

Lunch / Almuerzo

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Lean Meatballs/ Albóndigas
Whole Grain Spaghetti/ Espagueti
Sauteed/ Salteados
Swiss Chard/ Acelgas
Mixed Fruit/ Frutas mixtas

Snacks / Merienda

Water/ Agua
Garbanzo Bean Dip/ Salsa de garbanzos

Kitchen Corner Menus

Wednesday/ miércoles

Breakfast/ Desayuno

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Whole Grain Pancake/ Panqueque integral
Fresh Blueberries/ Arándanos frescos

Lunch/Almuerzo

1% Low Fat Milk/ Leche bajo en grasa
Three Bean Chilli Soup/ Sopa de chile con tres frijoles
Whole Grain Garlic Bread/ Pan de ajo integral
Steamed Broccoli/ Brocolí al vapor
Dice Peaches/ Cuadritos de durazno

Snacks / Merienda

Water/ Agua
Wheat Thins/ Galletas de trigo

Thursday/ jueves

Breakfast/Desayuno

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Whole Grain Corn Chex/ Pan de maíz integral
Mixed Berries/ Moras mixtas

Lunch/Almuerzo

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Baked Chicken Tender/ Pollo al horno
Red Cabbage and Carrot Slaw/ Repollo rojo y ensalada de zanahoria
Fresh Apricots/ Albaricoques frescos

Snacks / Merienda

Low Fat Cheese Cubes/ Cuadritos de queso bajo en grasa
Whole Grain Crackers/ Galletas integral

Kitchen Corner Menus

Friday/ viernes

Breakfast/Desayuno

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Low Sodium Turkey Sausage Patty/ Salchichas de pavo bajo en sodio
Whole Grain French Toast/ Tostada francesa
Fresh Watermelon/ Sandia fresca

Lunch/Almuerzo

1% Low Fat Milk/ Leche baja en grasa
Low Fat Cheese/ Queso bajo en grasa
Whole Grain Tortilla/ Tortilla integral
Pico de gallo (tomatoes, onion, cilantro, pimienta) /Pico de Gallo(tomate, cebolla,pimiento,cilantro)
Green Apple / Manzanas frescas

Snacks/ Merienda

Graham Crackers/ Galletas "Graham"
Mixed Fruit Cup/ Copita de frutas mixtas

