



# Menu de Otono

2024  
Semana 4



23-27 de diciembre de 2024

## LUNES

## MARTES

## MIERCOLES

## JUEVES

## VIERNES

DESAYUNO		3-5 años	Cereal
Leche	3/4 taza		Leche Bajo en Grasa 1%
Grano o Carne/Carne Alt	½ oz eq		Cereal Wheaties
Verduras y/o Fruta	1/2 taza		Pera
<i>Substituto</i>			
ALMUERZO			Chili
Leche	3/4 taza		Leche Bajo en Grasa 1%
Carne/Carne Alt	1.5 oz		Frijoles Rojos
Grano/Pan	½ oz eq		Mollete de Maíz
Verduras	1/4 taza		Batata
Verduras o Fruta	1/4 taza		Banana
<i>Substituto</i>			
MERIENDA			Queso y Fruta
Leche	1/2 taza		
Carne/Carne Alt	½ oz		Queso
Grano/Pan	½ oz eq		
Verduras	1/2 taza		
Fruta	1/2 taza		Manzana
<i>Substituto</i>			<i>galletas</i>

Navidad Escuela Cerrada  
24 y 25 de diciembre

Solo las aulas de Head Start estarán abiertas del 26 al 27 de diciembre de 2024

Muffin Ingles	Waffles
Leche Bajo en Grasa 1%	Leche Bajo en Grasa 1%
Muffin Ingles Con Marmelada	Waffles
Albaricoques	Duraznos
	<i>pan con marmelada</i>
Pollo Jerk	Pescado Salmon
Leche Bajo en Grasa 1%	Leche Bajo en Grasa 1%
Pollo Jerk	Pescado Salmon
Arroz Integral	Cuscús
Repollo	Verduras Mixtas
Mandarina	Arándanos
Requeson y Fruta	Goldfish Y Salsa de Manzana
Requeson	
	Galletas Goldfish
Durazno	Salsa de Manzana sin Azucar
<i>galletas graham</i>	<i>pretzels</i>

WGR-Whole Grain WW- Whole Wheat

e sirve leche al 1% sin sabor a niños de 2 años en adelante.

Alternativas a la leche: leche de soja, Lactaid

Se sirve agua durante todas las comidas y está disponible durante todo el día escolar.

Se realizan sustituciones para niños con alergias alimentarias, restricciones dietéticas o exenciones religiosas.

**Pueden ocurrir sustituciones**