



Menú de invierno

2024-2025
Semana 4

Solo aulas
de Head Start en



18-21 de
febrero
de 2025

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES sesión

JUEVES

VIERNES

DESAYUNO	3-5 años	Cereal	Cereal caliente	Tostada Francesa	Muffin inglés	Gofres
Leche	¾ taza	Día del Presidente Escuela cerrada	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*
Cereal o Carne/Sustituto (½ oz eq)	½ oz eq		Farina	WGR Tostada Francesa	WW English Muffin con confitura de frutas	WGR Gofres
Vegetales/Frutas	¼ taza		rodajas de durazno	el plátano	Albaricoques en rodajas	Frutas Mixtas
<i>Sustituto</i>						<i>Tostada WGR con confitura de frutas</i>
ALMUERZO			<i>Hamburguesa</i>	<i>Huevos en rollo</i>	<i>Salteado De Pollo Japonés</i>	<i>Pastas y Albóndigas</i>
Leche	¾ taza	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*	Leche 1% baja en grasa*	
Carne/Sustituto	1.5 oz	Hamburguesa De Carne Magra	Huevos Duros	Tiras De Pollo	Albóndigas De Carne Molida	
Granos/Pan	½ oz eq	Bollo WW	Rollo Integral	Arroz Integral	Pasta con pajarita WGR	
Vegetales	¼ taza	Verde Mixto Con Zanahorias Ralladas	Ensalada De Pepino	Verduras Mixtas	Guisantes y zanahorias	
Vegetales/Frutas	¼ taza	Mezcla de frutas tropicales	Piña cortada en cubitos	Mezcla de frutas tropicales	mandarín	
<i>Sustituto</i>						
MERIENDA		<i>Galletas y frutas</i>	<i>Yogur y fruta</i>	<i>Tortitas De Arroz Y Frutas</i>	<i>Peces dorados y bayas</i>	
Leche	¼ taza		Yogur LF			
Carne/Sustituto	½ oz					
Granos/Pan	½ oz eq	Galletas de animales WGR		Pastel de arroz con manzana y canela	Goldfish	
Vegetales	¼ taza					
Frutas	¼ taza	rodajas de manzana	Naranja	Cantalupo	Rodajas de durazno	Arándanos
<i>Sustituto</i>		<i>Galletas WGR</i>		<i>Galletas Graham</i>		<i>WGR pretzels</i>

WGR-Granos Integrales WW- Trig LF-Bajo en grasa LS-Bajo en sodio

Se 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