

Febrero 2026 EHS 6-11m Menu de Desayuno y Merienda



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



¡Febrero es el mes nacional del corazón!



¡Este mes se trata de cuidar la salud de tu corazón! Ayude a su familia a tener corazones sanos por:

Comer menos
comidas fritas

Comer mas
frutas y veg-
etales

Comer pesca-
do dos veces a
la semana

Comer pro-
teinas ma-
gras

Comer mas
granos enter-
os

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

3

Yogur
Piña

WGR Galletas
Puré de Manzana

4

Requesón
Platanos

WGR Cheerios
Duraznos

5

Yogur
Mandarinas

Galletas y Queso
Puré de Manzana

6

Huevo Cocido
WGR Muffin de
Arándano
Duraznos
Chex Cereal
Peras

10

Huevo Cocido
Cheerios
Piña

Galletas y Queso
Puré de Manzana

11

Requesón
Mandarinas

WGR Pan de Platano
Duraznos

12

Yogur
Peras

Chex Cereal
Piña

13

Huevo Cocido
Cheerios
Puré de Manzana

Galletas y Queso
Peras

17

Queso
Chex Cereal
Mandarinas

WGR Galletas
Duraznos

18

Requesón
Puré de Manzana

Galletas y Queso
Platanos

19

Yogur
Duraznos

WGR Muffin de
calabacin
Mandarinas

20

Queso
WGR Pan de
Platanos
Peras

Cheerios
Puré de Manzana

24

Huevo cocido
Chex Cereal
Mandarinas

Galletas y Queso
Puré de Manzana

25

Requesón
Platanos

WGR Pan de
Platanos
Peras

26

Yogur
Duraznos

Queso y Galletas
Piña

27

No Hay Clases

WGR" significa enrique-
cido en grano integro"
y especifica que el
product contiene por lo
menos 50% de granos
integros.

No se usan caca-
huates, productos
de Puerco en la
preparación de
ningún platillo del
menú.

A los bebes de 0-11
mese se lese ofrece
leche maternal,
formula, y cereal
de bebes forificado
con hierro en cada
comida.

A los ninos de 12-23 meses
de edad se les ofrece
leche integra y de los 24
meses en adelante se les
ofece leche 1 % con el
almuerzo y desayuno.

Esta institucion es un proveedor de oportunidades iguales