

Febrero 2026 Menu de Socialización



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



Lunes
9:30am a 11:30am o 12:00 a 2:00pm

9

Sopa de Repollo
(Carne Molida, Frijoles,
Repollo, Papas,
Zanahoria)
Pan Integral
Piña
6-11 meses
Sopa
Pan Integral
Piña

23

Sopa de Papa
(Papas, Cebolla,
Zanahoria)
Queso
Pan Integral
Duraznos
6-11 meses
Sopa
Pan Integral
Duraznos

A los bebes de 0-11
mese se lese ofrece
leche maternal, for-
mula, y cereal de
bebes forficado 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

WGR" significa en-
riquecido en grano
integral y especifica
que el product con-
tiene por lo menos
50% de granos in-
tegrales.

No se usan caca-
huates, productos de
Puerco en la prepara-
ción de ningún platillo
del menú. Leche (1%
bajo en grasa) se sirve
en con cada almuerzo

Sabías...

La repollo es una de las más anti-
guas
verduras en existencia y un ali-
mento básico en todo el mundo.
La repollo es alta en fibra, vitami-
na C,
vitamina K, y naturalmente libre
de grasa y libre de
colesterol.



La repollo puede ser al vapor,
hervido, cocido a fuego lento, al
microondas, relleno, slateado, o
comido crudo.

¡Buscar el repollo imagen en el
menú para encontrar nuevas for-
mas de servir la col en tu casa!

