

Abril 2026 EHS 1-3yo Menu de Desayuno y Merienda



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



“Cavar en” a Jardineria!

¡Abril es el mes perfecto para comenzar a preparar un pequeño jardín! Plante verduras que le gusten a su familia, como: tomates, lechuga, cilantro, judías verdes, pimientos y Calabacines.



¿No tienes espacio para un jardín? Esta bien!

Puede cultivar algunas verduras en grandes cubos en su porche, terraza o en la puerta de su casa.



Deje que su hijo lo ayude a plantar, regar y cosechar

los vegetales. A los niños les encanta ver crecer las plantas y les fascinará ver de dónde provienen realmente las verduras (no en el supermercado).

WGR” significa enriquecido en grano integral” y especifica que el producto contiene por lo menos 50% de granos integrales.

No se usan cacahuates, productos de Puerco en la preparación de ningún platillo del menú.

A los bebés de 0-11 meses se les ofrece leche materna, fórmula, y cereal de bebés fortificado con hierro en cada comida.

A los niños de 12-23 meses de edad se les ofrece leche integral y de los 24 meses en adelante se les ofrece leche 1% con el almuerzo.

Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 No niños de esta edad	2 No niños de esta edad	3 No niños de esta edad
7 No niños de esta edad	8 No niños de esta edad	9 No Hay Clases	10 No Hay Clases
14 Cheerios Huevos cocidos Peras ----- Galletas y Queso Puré de Manzana	15 Requesón Piña ----- WGR Pan de Arándano Peras	16 Yogur Duraznos ----- WGR Galletas de Goldfish Mandarinas	17 Huevo Cocido WGR Muffin de Zanahoria Platanos ----- Galletas y Queso Puré de Manzana
21 Chex Cereal Huevo cocido Duraznos ----- WGR Pan de Arándano Piña	22 Requesón Platanos ----- WGR Galletas de Goldfish Mandarinas	23 Yogur Duraznos ----- WGR Muffin de Zanahoria Peras	24 WGR Muffin de Plátano Puré de Manzana ----- Cheerios Duraznos
28 Kix Cereal Huevo cocido Duraznos ----- Galletas y Queso Peras	29 Yogur Duraznos ----- WGR Muffin de Plátano Puré de Manzana	30 Requesón Mandarinas ----- Cheerios Peras	