

Julio 2026 EHS Menu de Almuerzo



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

Disfruta Verano!



1

Sandwich de Pollo Desmenuzado
(Pollo Desmenuzado, WGR Buns, Salsa BBQ)
Batatas Honeadas
Puré de Manzana

2

Arroz con Carne
(Carne Molida, Arroz Integral, Frijoles, Salsa, Queso)
Maiz Honeado
Peras

3

No Hay Clases

6

Sopa con Carne y Verduras
(Carne Molida, Zanahoria, Apio, Cebollas)
Pan Integral
Mandarinas

7

Albondigas con Salsa
Arroz Integral
Frijoles Verdes
Piña

8

Sandwich de Queso y Pavo en pan integral
Pepino con Dip
Duraznos

9

Macarones con Pollo
(Pasta, Pollo, Queso)
Zanahoria al vapor con Dip
Platanos

10

Sandwich de Ensalada de huevos en pan integral
Brocoli al vapor con Dip
Puré de Manzana

13

Sopa con arroz y pollo
(Arroz, Pollo, Zanahoria, Cebolla, Apio)
Galletas
Piña

14

Chili de Suroeste
(Frijoles, Zanahoria, Maiz, Pimiento)
Pan integral
Puré de Manzana

15

Sandwich de Ensalada de huevos en pan integral
Zanahoria al vapor con Dip
Platanos

16

Espaguetis
(Albondigas, WGR Pasta, Salsa de tomate, Queso)
Brocoli al vapor Dip
Naranjas

17

"Sloppy Joe's" (Carne Molida, Salsa de Tomate) en pan integral
Puré de Papa
Peras

20

Sopa de Papa
(Pollo, Maiz, Papas, Cebolla)
Pan Integral
Puré de Manzana

21

Quesadilla con Pollo
(Tortilla de harina, Pollo, Queso)
Salsa
Maíz
Duraznos

22

Sandwich de Pavo y Queso en pan integral
Zanahoria con Dip
Naranjas

23

Pollo con Salsa de Teriyaki
(Pollo, Arroz)
Brocoli al vapor con Dip
Piña

24

WGR Pita
Hummus con Pimiento
Queso
Pepino
Mandarinas

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

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.

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

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

Esta institución es un proveedor de oportunidades iguales.