

Diciembre 2025 1-3yo Menu de Desayuno y Merienda



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

2

Kix Cereal
Mandarinas

Yogur
Peras

3

Mezcla de bocadillo
(WGR Cereal, Galletas)
Platanos

WGR Bagels con
Queso Crema
Duraznos

4

WGR Muffin de
Calabaza
Mandarinas

Cheerios
Puré de Manzana

5

WGR Pretzel Suave
con Miel Mostaza
Puré de Manzana

WGR Muffin de
Arándano
Duraznos

9

Cheerios
Peras

Queso y Galletas
Mandarinas

10

WGR Pan de
Platanos
Pure de Manzana

WGR Bagels con
Queso Crema
Peras

11

Yogur con Du-
raznos y Avena

Kix Cereal
Puré de Manzana

12

WGR Muffin de
Calabaza
Piña

WGR Galletas
Mandarinas

16

Chex Cereal
Peras

WGR Bagel con
Queso Crema
Platanos

17

WGR Muffin Ingles
con Jalea
Mandarinas

Queso y Galletas
Pure de

18

Yogur
Peras

Cheerios
Piña

19

No Hay Clases



No Hay Clases
Diciembre 19 a Enero 5

¡Nos vemos el 6 de Enero!

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

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

A los bebes 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 y desayuno.

La Cosecha del Mes

Calabaza de Invierno!!

Este mes estamos aprendiendo sobre la Calabaza de invierno. Las calabazas son plantas de huerta. Las calabazas vienen en dos variedades: Verano e invierno. Las calabazas de invierno son deliciosas azadas, azadas, hervidas, refritas o en el microondas. Puede encontrar las calabazas en su Mercado de granjeros locales o el supermercado. Las calabazas con la pulpa amarilla oscura o anaranjada están llenas de vitamina A y tienen nutrientes extra! Cada variedad tiene un sabor único, pruébenlas todas! Tal y como: butternut, delicata, espagueti, bellota, hubbard y kabocha. Escójalas que estén firmes y pesadas para su tamaño. Las puede guardar todo el invierno en un lugar fresco y seco por hasta 3 meses! Pregúntele a su hijo sobre las calabazas que servimos en el aula.