

# 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, Gal-  
letas)  
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 en-  
riquecido en grano  
integral y especifica  
que el producto con-  
tiene por lo menos  
50% de granos in-  
tegrales.

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

A los bebés de 0-11  
meses se les ofrece  
leche materna, fór-  
mula, 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 Amarillo oscuro o anaranjada están llenas de vitamina A y tienen nutrientes extra! Cada variedad tiene un sabor único, pruebenlas todas! Tal y como: butternut, delicata, espagueti, bellota, hubbard y kabocha. Escojalas 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.

*Esta institución es un proveedor de oportunidades iguales*