

Diciembre 2025 Menu de Socialización



EDMONDS COLLEGE
HEAD START AND
EARLY HEAD START



Lunes

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

1

Sopa de Papa
Galletas
Huevo Cocido
Peaches
6-11 meses
Sopa
Galletas
Huevo Cocido
Duraznos

15

Sopa de Tomate y albahaca
(Tomate, Calabacin)
Palitos de Queso
Pan Integral
Pera
6-11 meses
Sopa
Queso en Cubitos
Pan Integral
Pera



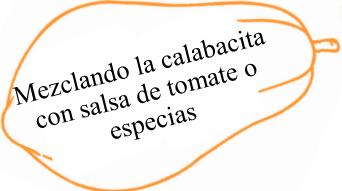
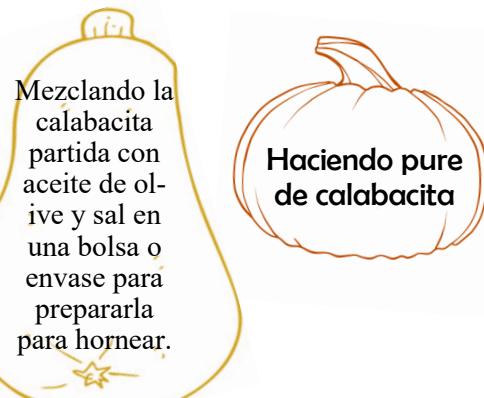
A los bebes de 0-11 mes se le ofrece leche materna, formula, y cereal de bebes fortificado con hierro en cada comida.

A los ninos 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

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

No se usan cacahuetes, productos de Puerco en la preparación de ningun platillo del menú. Leche (1% bajo en grasa) se sirve en con cada almuerzo

LOS NIÑOS LE PUEDEN AYUDAR A COCINAR LA CAL- ABAZA DE INVIERNO AL:



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 obscuras o anaranjadas estan llenas de vitamina A y tienen nutrientes extra! Cada variedad tiene un sabor unico, pruebenlas todas! Tal y como: butternut, delicata, espagueti, bellota, hubbard y kabocha. Escojalas que esten fijas y pesadas para su tamano. Las puede guardar todo el invierno en un lugar fresco y seco por hasta 3 meses! Preguntele a su hijo sobre las calabazas que servimos en el aula.