

EHS Abril 2024 Menu de Almuerzo



EDMONDS COLLEGE
HEAD START, EARLY
HEAD START, AND ECEAP



Martes

9
Sandwich de Pavo
Queso en Pan Integral
Zanahoria con Dip
Manzanas Pequeñas
6-11 meses
Pavo y Queso en cubitos, Zanahoria al vapor, Salsa de Manzana

Miercoles

10
WGR Pan de Pita
Hummus
Palitos de Queso
Pepino
Mandarinas
6-11 meses
Pan de Pita, Hummus, Pepino, Mandarina

Jueves

11
Pasta con Pollo
(Pollo, WGR
Pasta, Guisante, Tomate,
Calabacin, Queso)
Duraznos
6-11 meses
Pollo y Queso en cubitos
Duraznos

Cosecha del mes: Zanahorias!



Sabía Usted...

Las zanahorias pueden ser anaranjadas, rojas, amarillas, moradas



Las zanahorias son una excelente Fuente de Vitamina A que ayuda a la vista y Vitamina C que ayuda a fortalecer el sistema inmunológico para protegernos de enfermedades

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.

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

16
Sopa de Papas
(Pavo, Papas, Zanahoria, Cebolla)
WGR Roll
Mandarinas
6-11 meses
Sopa, WGR Roll, Mandarinas

17
Ensalada de Atun en Pan Integral
Pepino con Dip
Peras
6-11 meses
Ensalada de Atun
Pepino
Peras

18
Pollo desmenuzado con salsa de BBQ en WGR Bun
Batatas Horneadas
Duraznos
6-11 meses
Pollo, Batatas horneadas, Duraznos

23
Sopa de tomate y calabaza
(Tomate, Calabacin)
Palitos de queso
WGR Pan de ajo
Peras
6-11 meses
Sopa, Queso en cubitos, Peras

24
Macarrones
(WGR Pasta, Frijol, Queso, Maiz, Pimiento, Tomate)
Ensalada de Lechuga con Dressing
Manzanas Pequeñas
6-11 meses
Pasta
Salsa de Manzana

25
Taco Mezcla
(Carne molida, Frijoles, Salsa, Lechuga, Queso, Arroz Integral)
Mandarinas
6-11 meses
Frijoles, Queso en cubitos, Mandarinas