

Abril 2024 Menu de Almuerzo



EDMONDS COLLEGE
HEAD START, EARLY
HEAD START, AND ECEAP



Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

No Clases Abril 1-12

16

Sopa de Papas
(Pavo, Papas, Zanahoria, Cebolla)
WGR Roll
Mandarinas

17

Ensalada de Átun
en Pan Integral
Pepino con Dip
Peras

18

Pollo dezmenuzado
con salsa de BBQ en
WGR Bun
Batatas Honeadas
Duraznos

19

Pasta con Pollo
(Pollo, WGR Pasta,
Tomates, Zanahoria,
Queso)
Fruta Tropical

23

Sopa de tomate
albahaca
(Tomate, Calabacin)
Palitos de queso
WGR Pan de ajo
Peras

24

Macarrones
(WGR Pasta, Frijol,
Queso, Maiz,
Pimiento, Tomate)
Ensalada de Lechuga
con Dressing
Manzanas Pequeñas

25

Dia de Tacos
(Carne molida,
Tortillas, Frijoles,
Salsa, Queso,
Lechuga)
Mandarinas

26

Sandwich de Pavo y
Queso en Pan Inte-
gral de Hoagie
Ensalada de col
Platanos

30

Sopa Minestrone
(Pasta, Cebolla, To-
mates, Zanahoria, Fri-
joles)
Palitos de queso
WGR Roll
Mandarinas

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

Cuando Compara zanahorias busque las que se sienten firmes al tocarlas y las puede guardar por hasta un mes



Las zanahorias son verduras de raíz que crecen por debajo de la tierra y tienen hojas tupidas.

¡Las zanahorias se pueden hervir al vapor, azar o commerce crudas! Deje que su niños le ayude a seleccionar las zanahorias de la tienda y ha prepararlas junto a usted. ¡El Involucrar a los niños les yudara a querer probarlas tambien!

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

“WGR” significa enriquecido en grnao integro” y especifica que el producto contiene por lo menos 50% de grano íntegros.