

SETA HEAD START MENU

Febrero 2019

"This institution is an equal opportunity provider"

"Bread products are whole grain and sliced meats are processed."

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

| | |
|----------|--|
| 4 | <u>Desayuno Week 1</u> |
| | Leche Jotqueis Pera <u>Comida</u> Leche Zanahoria Pollo con Limón y Pimienta Naranja Tortilla de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Puré de Manzana Galletas |

| | |
|----------|--|
| 5 | <u>Desayuno Week 1</u> |
| | Leche Chabacano Cereal Cheerios de Grano Inte <u>Comida</u> Leche Queso Americano Manzana Pan de Trigo Integral Brócoli Sandía Fresca o <u>Bocadillo</u> Leche Chex de fresa |

| | |
|----------|---|
| 6 | <u>Desayuno Week 1</u> |
| | Leche Bizcocho de Trigo Integral Durazno <u>Comida</u> Leche Burrito Queso Cheddar Lechuga Romana Frijoles Refritos Fresa Tanjarina o Jitomate Picado Tortilla de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Plátano Fresco Barita de Queso |

| | |
|----------|--|
| 7 | <u>Desayuno Week 1</u> |
| | Leche Piña Machacada Bagel de Trigo Integral <u>Comida</u> Leche Mandarina Arroz Español con Pollo Varitas de Calabacita <u>Bocadillo</u> Manzana Mantequilla de Semilla de Gira |

| | |
|----------|---|
| 1 | <u>Desayuno Week 5</u> |
| | Leche Mollete con Plátano Naranja <u>Comida</u> Leche Plátano Fresco Brócoli Ensalada de Pollo Galletas de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Leche Cereal Integral Rice Krispies |

| | |
|----------|---|
| 8 | <u>Desayuno Week 1</u> |
| | Leche Plátano Fresco Mollete con Arándanos Azules <u>Comida</u> Leche Pan de Trigo Integral Melón Coliflor Ensalada de Atún <u>Bocadillo</u> Leche Cereal Integral Rice Krispies |

| | |
|-----------|---|
| 11 | <u>Desayuno Week 2</u> |
| | Leche Puré de Manzana Ojuelas de Cereal Multigrano <u>Comida</u> Leche Chabacano Hamburguesa de Res Verduras Mixtas Pan de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Barita de Queso Naranja |

| | |
|-----------|--|
| 12 | <u>Breakfast Week 2</u> |
| | Leche Baritas de Pan Francés Tostad Pera <u>Lunch</u> Leche Manzana Pierna de Pollo Jitomate Fresco Sandía Fresca o barra de pan para <u>Snack</u> Leche Cereal Integral Rice Krispies |

| | |
|-----------|---|
| 13 | <u>Breakfast Week 2</u> |
| | Leche Avena Piña Machacada Pasas <u>Lunch</u> Leche Frijoles Refritos Ensalada de Col Fresa Tanjarina o Tortilla de Trigo Integral <u>Snack</u> Mollete con Arándanos Azules Durazno |

| | |
|-----------|---|
| 14 | <u>Breakfast Week 2</u> |
| | Leche Plátano Fresco Cereal Crispix <u>Lunch</u> Leche Pecho de Res Asado Zanahoria Naranja Mini Panecillo de Grano Entero <u>Snack</u> Leche Galletas |

| | |
|-----------|--|
| 15 | <u>Breakfast Week 2</u> |
| | Leche Manzana Mollete con Plátano <u>Lunch</u> Leche Pan de Trigo Integral Brócoli Melón Rebanada de Pavo <u>Snack</u> Puré de Manzana Galletas |

| | |
|-----------|--|
| 18 | <u>Desayuno Week 3</u> |
| | NO CLASES NO CLASES NO CLASES <u>Comida</u> NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES NO CLASES |

| | |
|-----------|---|
| 19 | <u>Desayuno Week 3</u> |
| | Leche Puré de Manzana Baritas de Waffle <u>Comida</u> Leche Pierna de Pollo Ensalada de Espinaca Naranja barra de pan para <u>Bocadillo</u> Manzana Mantequilla de Semilla de Gira |

| | |
|-----------|--|
| 20 | <u>Desayuno Week 3</u> |
| | Leche Bizcocho de Trigo Integral Durazno <u>Comida</u> Leche Melón Arroz y Frijoles Jitomate Picado <u>Bocadillo</u> Leche Chex de fresa |

| | |
|-----------|---|
| 21 | <u>Desayuno Week 3</u> |
| | Leche Plátano Fresco Bagel de Trigo Integral <u>Comida</u> Leche Zanahoria Ensalada de Pollo Fresa Tanjarina o la ciabatta <u>Bocadillo</u> Galletas Piña Machacada |

| | |
|-----------|--|
| 22 | <u>Desayuno Week 3</u> |
| | Leche Mollete con Plátano Naranja <u>Comida</u> Leche Chabacano Queso Suizo Tortilla de Trigo Integral Varitas de Calabacita <u>Bocadillo</u> Leche Cereal Cheerios de Grano Inte |

| | |
|-----------|---|
| 25 | <u>Desayuno Week 4</u> |
| | Leche Manzana Cereal Integral Rice Krispies <u>Comida</u> Leche Hamburguesa de Res Elote Naranja Pan de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Galletas Durazno |

| | |
|-----------|---|
| 26 | <u>Desayuno Week 4</u> |
| | Leche Piña Machacada Bagel de Trigo Integral <u>Comida</u> Leche Chabacano Frijoles Refritos Queso Cheddar Jitomate Picado Tortilla de Trigo Integral <u>Bocadillo</u> Leche Cereal Cheerios de Grano Integ |

| | |
|-----------|--|
| 27 | <u>Desayuno Week 4</u> |
| | Leche Plátano Fresco Avena <u>Comida</u> Leche Enchilada de Queso con Salsa Ensalada de Lechuga Romana Naranja <u>Bocadillo</u> Zanahoria Puré de Garbanzo |

| | |
|-----------|--|
| 28 | <u>Desayuno Week 4</u> |
| | Leche Chabacano Baritas de Pan Francés Tostado <u>Comida</u> Leche Ensalada de Col Mango Tortilla de Trigo Integral Rollo de Pavo y Queso <u>Bocadillo</u> Plátano Fresco Barita de Queso |