

# SETA HEAD START MENU

# Julio 2016

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

<b>5</b>	<u>Desayuno</u>	<u>Week 2</u>
Leche		
Manzana		
Ojuelas de Cereal Multigrano		
<u>Comida</u>		
Leche		
Hamburguesa de Res		
Melón		
Verduras Mixtas		
Pan de Trigo Integral		
<u>Bocadillo</u>		
Naranja		
Yogur de Fresa y Plátano		

<b>5</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Baritas de Pan Francés Tostado	
Pera	
<u>Comida</u>	
Leche	
Manzana	
Pierna de Pollo	
Ensalada de Macarrón	
Jitomate Fresco	
Sandía Fresca o	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Cereal Integral Rice Krispies	

<b>6</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Avena	
Piña Machacada	
Pasas	
<u>Comida</u>	
Leche	
Frijoles Refritos	
Ensalada de Col	
Fresa	
Tanjarina o	
Tortilla de Trigo Integral	
<u>Bocadillo</u>	
Hilos de Queso	
Durazno	

<b>7</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Plátano Fresco	
Cereal Crispix	
<u>Comida</u>	
Leche	
Pan de Trigo Integral	
Zanahoria	
Ensalada de Huevo	
Naranja	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Pescados Dorados de Galleta	

<b>8</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Manzana	
Mollete Dreamy Orange	
<u>Comida</u>	
Leche	
Pan de Trigo Integral	
Brócoli	
Melón	
Rebanada de Pavo	
<u>Bocadillo</u>	
Quesadilla	

<b>11</b>	<u>Desayuno</u>	<u>Week 3</u>
Leche		
Cereal Cheerios		
Naranja		
<u>Comida</u>		
Leche		
Melón		
Chicharos		
Macarrón y Queso		
<u>Bocadillo</u>		
Zanahoria		
Galletas de Trigo Integral		

<b>12</b>	<u>Desayuno</u>
Milk	
Applesauce	
Waffles, sticks	
<u>Comida</u>	
Milk	
Beef, Ravioli	
Fresh Express Baby Spinach Sa	
Mini Whole Grain Buns	
Oranges, Fresh - Lunch	
<u>Bocadillo</u>	
Apple, fresh - snack	
Sun Butter	

<b>13</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Bizcocho de Trigo Integral	
Durazno	
<u>Comida</u>	
Leche	
Frijoles Refritos	
Melón	
Jitomate Picado	
Tortilla de Trigo Integral	
<u>Bocadillo</u>	
Pan de Grano Integral	
Rebanada de Pavo	

<b>14</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Plátano Fresco	
Bagel de Trigo Integral	
<u>Comida</u>	
Leche	
Pan de Trigo Integral	
Zanahoria	
Fresa	
Tanjarina o	
Rebanada de Pavo	
<u>Bocadillo</u>	
Requesón	
Piña Machacada	

<b>15</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Mollete con Plátano	
Naranja	
<u>Comida</u>	
Leche	
Chabacano	
Queso Suizo	
Tortilla de Trigo Integral	
Varitas de Calabacita	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Dinosaurios de Galleta de Limón	

<b>18</b>	<u>Desayuno</u>	<u>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 Cheese-It		
Durazno		

<b>19</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Piña Machacada	
Bagel de Trigo Integral	
<u>Comida</u>	
Leche	
Chabacano	
Frijoles Refritos	
Brócoli	
Tortilla de Trigo Integral	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Cereal Cheerios de Grano Integri	

<b>20</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Plátano Fresco	
Avena	
<u>Comida</u>	
Leche	
Enchilada de Queso con Salsa	
Ensalada de Lechuga Romana	
Naranja	
<u>Bocadillo</u>	
Puré de Garbanzo	
Varitas de Verduras Melody	

<b>21</b>	<u>Desayuno</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	
Yogur de Fresa y Plátano	

<b>22</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Manzana	
Mollete con Arándanos Azules	
<u>Comida</u>	
Leche	
Melón	
Zanahoria	
Galletas de Trigo Integral	
Ensalada de Atún	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Pescados Dorados de Galleta	

<b>25</b>	<u>Desayuno</u>	<u>Week 5</u>
Leche		
Jotqueis		
Pera		
<u>Comida</u>		
Leche		
Chabacano		
Torta de Pollo		
Ensalada de Col		
Pan de Trigo Integral		
<u>Bocadillo</u>		
Piña Machacada		
Yogur de Frambuesa		

<b>26</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Manzana	
Cereal Cheerios de Grano Integri	
<u>Comida</u>	
Leche	
Frijoles Refritos	
Fresa	
Tanjarina o	
Salsa de Jitomate	
Tortilla de Trigo Integral	
<u>Bocadillo</u>	
Leche	
Ojuelas de Cereal Multigrano	

<b>27</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Bizcocho de Trigo Integral	
Durazno	
<u>Comida</u>	
Leche	
Melón	
Pan de Grano Integral	
Ensalada de Papa	
Rebanada de Pavo	
<u>Bocadillo</u>	
Plátano Fresco	
Dinosaurios de Galleta de Limón	

<b>28</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Avena	
Piña Machacada	
Pasas	
<u>Comida</u>	
Leche	
Chabacano	
Ensalada de Lechuga Romana	
Espagueti Horneado	
<u>Bocadillo</u>	
Puré de Frijoles	
Tortilla de Trigo Integral	

<b>29</b>	<u>Desayuno</u>
Leche	
Mollete Dreamy Orange	
Naranja	
<u>Comida</u>	
Leche	
Plátano Fresco	
Pan de Trigo Integral	
Brócoli	
Ensalada de Pollo	
<u>Bocadillo</u>	
Manzana	
Barita de Queso	