

SETA HEAD START MENU

Abril 2022

"This institution is an equal opportunity provider"

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

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

4 Desayuno Week 3

Leche
Cereal Cheerios
Naranja
Comida
Leche
Manzana
Chicharos
Macarrón y Queso
Sandía Fresca o
Bocadillo
galletas Ritz integrales
Pera

5 Desayuno Week 3

Leche
Puré de Manzana
Baritas de Waffle
Comida
Leche
Pierna de Pollo
Ensalada de Espinaca
Naranja
barra de pan para
Bocadillo
Manzana
Mantequilla de Semilla de Gira

6 Desayuno Week 3

Leche
Bizcocho de Trigo Integral
Durazno
Comida
Leche
Melón
Arroz y Frijoles
Jitomate Picado
Bocadillo
Leche
Chex de fresa

7 Desayuno Week 3

Leche
Plátano Fresco
Bagel de Trigo Integral
Comida
Leche
Zanahoria
Ensalada de Pollo
Fresa
Tanjarina o
la ciabatta
Bocadillo
Galletas
Piña Machacada

1 Desayuno Week 2

Leche
Manzana
Mollete con Plátano
Comida
Leche
Pan de Trigo Integral
Brócoli
Melón
Rebanada de Pavo
Bocadillo
Puré de Manzana
Galletas

8 Desayuno Week 3

Leche
Mollete con Plátano
Naranja
Comida
Leche
Chabacano
Queso Suizo
Tortilla de Trigo Integral
Varitas de Calabacita
Bocadillo
Leche
Cereal Cheerios de Grano Inte

11 Desayuno Week 4

Leche
Manzana
Cereal Integral Rice Krispies
Comida
Leche
Hamburguesa de Res
Elote
Naranja
Pan de Trigo Integral
Bocadillo
Galletas
Durazno

12 Breakfast Week 4

Leche
Piña Machacada
Bagel de Trigo Integral
Lunch
Leche
Chabacano
Ensalada de Col
Tortilla de Trigo Integral
Rollo de Pavo y Queso
Snack
Leche
Cereal Cheerios de Grano Inte

13 Breakfast Week 4

Leche
Plátano Fresco
Avena
Lunch
Leche
Enchilada de Queso con Salsa
Ensalada de Lechuga Romana
Naranja
Snack
Zanahoria
Galletas de Trigo Integral
Puré de Garbanzo

14 Breakfast Week 4

Leche
Chabacano
Baritas de Pan Francés Tostad
Lunch
Leche
Frijoles Refritos
Queso Cheddar
Mango
Jitomate Picado
Tortilla de Trigo Integral
Snack
arandanos secos
Barita de Queso

15 Breakfast Week 4

Leche
Manzana
Mollete con Arándanos Azules
Lunch
Leche
Melón
Zanahoria
galletas Ritz integrales
Ensalada de Atún
Snack
Leche
Galletas

18 Desayuno Week 5

Leche
Jotqueis
Pera
Comida
Leche
Chabacano
Torta de Pollo
Ensalada de Col
Pan de Trigo Integral
Bocadillo
Barita de Queso
Piña Machacada

19 Desayuno Week 5

Leche
Manzana
Cereal Cheerios de Grano Inte
Comida
Leche
Pan de Trigo Integral
Melón
Zanahoria
Rebanada de Pavo
Bocadillo
Leche
Cereal Kix

20 Desayuno Week 5

Leche
Bizcocho de Trigo Integral
Durazno
Comida
Leche
Bistec de Res Salisbury y Sals
Puré de Papa
Pan de Grano Integral
Fresa
Tanjarina o
Bocadillo
Galletas
Jugo de 100%

21 Desayuno Week 5

Leche
Avena
Piña Machacada
Pasas
Comida
Leche
Chabacano
Ensalada de Lechuga Romana
Espagueti Horneado (turkey)
Bocadillo
Leche
Chex de fresa

22 Desayuno Week 5

Leche
Mollete con Plátano
Naranja
Comida
Leche
Plátano Fresco
Brócoli
Ensalada de Pollo
Galletas de Trigo Integral
Bocadillo
Leche
Cereal Integral Rice Krispies

25 Desayuno Week 1

Leche
Jotqueis
Pera
Comida
Leche
Zanahoria
Pollo con Limón y Pimienta
Naranja
Tortilla de Trigo Integral
Bocadillo
Puré de Manzana
Galletas

26 Desayuno Week 1

Leche
Chabacano
Cereal Cheerios de Grano Integ
Comida
Leche
Queso Americano
Manzana
Pan de Trigo Integral
Brócoli
Sandía Fresca o
Bocadillo
Leche
Chex de fresa

27 Desayuno Week 1

Leche
Bizcocho de Trigo Integral
Durazno
Comida
Leche
Burrito
Queso Cheddar
Lechuga Romana
Frijoles Refritos
Fresa
Tanjarina o
Jitomate Picado
Tortilla de Trigo Integral
Bocadillo
arandanos secos
Barita de Queso

28 Desayuno Week 1

Leche
Piña Machacada
Bagel de Trigo Integral
Comida
Leche
Mandarina
Arroz Español con Pollo
Varitas de Calabacita
Bocadillo
Manzana
Mantequilla de Semilla de Girasol

29 Desayuno Week 1

Leche
Plátano Fresco
Mollete con Arándanos Azules
Comida
Leche
Pan de Trigo Integral
Melón
Coliflor
Ensalada de Atún
Bocadillo
Leche
Cereal Integral Rice Krispies