

# SETA HEAD START MENU

## Enero 2025

"This institution is an equal opportunity provider"  
 "Bread products are whole grain and sliced meats are processed."

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

		<p><b>1</b> Desayuno Week 1</p> <p>NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES</p> <p><u>Comida</u></p> <p>NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>NO CLASES                  NO CLASES</p>	<p><b>2</b> Desayuno Week 1</p> <p>Leche                  Piña Machacada                  Bagel de Trigo Integral</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Mandarina                  Arroz Español con Pollo                  Varitas de Calabacita</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Manzana                  Mantequilla de Semilla de Girasol</p>	<p><b>3</b> Desayuno Week 1</p> <p>Leche                  Plátano Fresco                  Mollete con Arándanos Azules</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Pan de Trigo Integral                  Melón                  Coliflor                  Ensalada de Atún</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Cereal Chex de canela</p>
<p><b>6</b> Desayuno Week 2</p> <p>Leche                  Puré de Manzana                  Cereal Kix</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Chabacano                  Hamburguesa de Res                  Verduras Mixtas                  Pan de Trigo Integral</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Barita de Queso                  Naranja</p>	<p><b>7</b> Desayuno Week 2</p> <p>Leche                  Baritas de Pan Francés Tostad                  Pera</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Manzana                  Zanahoria                  Pierna de Pollo                  Pan de Grano Integral                  Sandía Fresca o</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Cereal Chex de arroz</p>	<p><b>8</b> Desayuno Week 2</p> <p>Leche                  Avena                  Piña Machacada                  Pasas</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Polo Teriyaki                  Arroz Integral                  Fresa                  Mantequilla de Semilla de Gira                  Tanjarina o</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Mollete con Arándanos Azules                  Durazno</p>	<p><b>9</b> Desayuno Week 2</p> <p>Leche                  Plátano Fresco                  Cereal Crispix</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Pecho de Res Asado                  Naranja                  Jitomate Fresco                  Mini Panecillo de Grano Entero</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Galletas</p>	<p><b>10</b> Desayuno Week 2</p> <p>Leche                  Manzana                  Mollete con Plátano</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Carne Asada En Rodajas                  Pan de Trigo Integral                  Brócoli                  Melón</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Puré de Manzana                  Pescados Dorados de Galleta</p>
<p><b>13</b> Desayuno Week 3</p> <p>Leche                  Cereal Cheerios                  Naranja</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Manzana                  Chicharos                  Macarrón y Queso                  Sandía Fresca o</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>galletas Ritz integrales                  Pera</p>	<p><b>14</b> Breakfast Week 3</p> <p>Leche                  Puré de Manzana                  Baritas de Waffle</p> <p><u>Lunch</u></p> <p>Leche                  Ravioli de Res                  Ensalada de Espinaca                  Naranja                  barra de pan para</p> <p><u>Snack</u></p> <p>Manzana                  Mantequilla de Semilla de Gira</p>	<p><b>15</b> Breakfast Week 3</p> <p>Leche                  Bizcocho de Trigo Integral                  Durazno</p> <p><u>Lunch</u></p> <p>Leche                  Melón                  Fiesta Frijoles                  Mollete de Pan de Maiz</p> <p><u>Snack</u></p> <p>Leche                  Chex de fresa</p>	<p><b>16</b> Breakfast Week 3</p> <p>Leche                  Plátano Fresco                  Bagel de Trigo Integral</p> <p><u>Lunch</u></p> <p>Leche                  Zanahoria                  Ensalada de Pollo                  Fresa                  Tanjarina o                  la ciabatta</p> <p><u>Snack</u></p> <p>Galletas                  Piña Machacada</p>	<p><b>17</b> Breakfast Week 3</p> <p>Leche                  Mollete con Plátano                  Naranja</p> <p><u>Lunch</u></p> <p>Leche                  Chabacano                  Queso Suizo                  Tortilla de Trigo Integral                  Varitas de Calabacita</p> <p><u>Snack</u></p> <p>Leche                  Cereal de la marca de pasas</p>
<p><b>20</b> Desayuno Week 4</p> <p>NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES</p> <p><u>Comida</u></p> <p>NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES                  NO CLASES</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>NO CLASES                  NO CLASES</p>	<p><b>21</b> Desayuno Week 4</p> <p>Leche                  Piña Machacada                  Bagel de Trigo Integral</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Chabacano                  Ensalada de Col                  Tortilla de Trigo Integral                  Rollo de Pavo y Queso</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Cereal Chex de canela</p>	<p><b>22</b> Desayuno Week 4</p> <p>Leche                  Avena                  Pera</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Enchilada de Queso con Salsa                  Ensalada de Lechuga Romana                  Naranja</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Zanahoria                  Galletas de Trigo Integral                  Puré de Garbanzo</p>	<p><b>23</b> Desayuno Week 4</p> <p>Leche                  Chabacano                  Baritas de Pan Francés Tostad</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Frijoles Refritos                  Queso Cheddar                  Mango                  Salsa de Jitomate                  Jitomate Picado                  Tortilla de Trigo Integral</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>arandanos secos                  Barita de Queso</p>	<p><b>24</b> Desayuno Week 4</p> <p>Leche                  Manzana                  Mollete con Arándanos Azules</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Melón                  Zanahoria                  galletas Ritz integrales                  Ensalada de Atún</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Galletas Animal Crackers</p>
<p><b>27</b> Desayuno Week 5</p> <p>Leche                  Jotqueis                  Pera</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Chabacano                  Torta de Pollo                  Ensalada de Col                  Pan de Trigo Integral</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Pescados Dorados de Galleta                  Piña Machacada</p>	<p><b>28</b> Desayuno Week 5</p> <p>Leche                  Manzana                  Cereal Cheerios</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Pan de Trigo Integral                  Zanahoria                  Mango                  Rebanada de Pavo</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Cereal Kix</p>	<p><b>29</b> Desayuno Week 5</p> <p>Leche                  Bizcocho de Trigo Integral                  Durazno</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Bistec de Res Salisbury y Salsa                  Puré de Papa                  Pan de Grano Integral                  Fresa                  Tanjarina o</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Galletas                  Jugo de 100%</p>	<p><b>30</b> Desayuno Week 5</p> <p>Leche                  Avena                  Piña Machacada                  Pasas</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Chabacano                  Ensalada de Lechuga Romana                  Espagueti Horneado (turkey)</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Chex de fresa</p>	<p><b>31</b> Desayuno Week 5</p> <p>Leche                  Mollete con Plátano                  Naranja</p> <p><u>Comida</u></p> <p>Leche                  Plátano Fresco                  Brócoli                  Ensalada de Pollo                  Galletas de Trigo Integral</p> <p><u>Bocadillo</u></p> <p>Leche                  Cereal Chex de arroz</p>