

# SETA HEAD START MENU **Noviembre 2023**

"This institution is an equal opportunity provider"

"Grains/Bread products are whole grain, sliced meats are processed, under 2yrs receive whole milk and 2 and over receive 1% reduced fat milk"

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

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