

ENERO DE 2024

Menú de Head Start del Condado de Adams

~ Toda la leche que servimos es 1% baja en grasa no saborizada ~

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1</p> <p>DÍA FESTIVO</p>	<p>2</p> <p>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</p>	<p>3 Pan WG de moras/•, fresas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Pavo asado y salsa, WG Pan de maíz•, Puré de papas, piña fresca y leche 1% baja en grasa</p> <p>Zanahorias baby y pepinos con aderezo Ranch• y galletas saladas WG</p>	<p>4 Panqueques WG• con almíbar, arándanos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Lasaña de carne de res•, pan de ajo WG, ensalada romana con aderezo italiano, brócoli al vapor y leche 1% baja en grasa</p> <p>Banana, Yogur griego de vainilla y granola casera</p>	<p>5 Cereal Kix WG, mangos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Rebanadas de pavo, rebanadas de queso/palitos de pan WG, zanahorias baby con aderezo Ranch•, peras en rodajas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Pretzel Goldfish integrales y mandarina</p>
<p>8 Cereal Chex WG, puré de manzanas con canela y leche 1% baja en grasa</p> <p>Macarrones con queso WG•/, brócoli al vapor/ ensalada de col con aderezo cremoso• y leche 1% baja en grasa</p> <p>Queso en tiras/cuñas de naranja</p>	<p>9 Panecillo inglés WG/tortita de huevo•, rodajas de queso papas estilo hash brown y leche 1% baja en grasa</p> <p>Chili de pollo con frijoles blancos, galletas saladas Ritz, ensalada de espinaca, aderezo de chipotle Ranch•, piña fresca y leche 1% baja en grasa</p> <p>Yogur/Granola/Gajos de manzana</p>	<p>10 Pan de banana WG•, fresas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Hamburguesas, pan WG, lechuga y tomate, camote con canela, kiwi fresco y leche 1% baja en grasa</p> <p>Zanahorias baby y palitos de apio con aderezo Ranch• y Cheez-Its WG</p>	<p>11 Waffles WG• con almíbar, arándanos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Pizza de queso con masa WG/ensalada de lechuga romana, aderezo italiano, melocotones y leche 1% baja en grasa</p> <p>Banana, tortilla WG y mantequilla Sun Butter</p>	<p>12</p> <p>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</p>
<p>15</p> <p>DÍA FESTIVO</p>	<p>16 Bagel WG de arándanos, queso crema con sabor a fresa, naranjas cuties frescas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Queso a la parrilla con pan WG, sopa de tomate, ensalada de lechuga romana con/aderezo Ranch•, piña fresca y leche 1% baja en grasa</p> <p>Cuñas de manzana, Galletas Graham Crackers WG, Mantequilla Sun Butter</p>	<p>17 Pan de muffin de avena WG•, fresas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Arroz frito WG con pollo, ensalada de brócoli, aderezo asiático de sésamo, naranjas mandarinas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Zanahorias baby y pepinos con aderezo Ranch• y galletas saladas WG</p>	<p>18 Palitos de tostada francesa WG• con almíbar, arándanos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Espagueti WG y salsa de carne de res, calabaza de verano salteada, kiwi fresco y leche 1% baja en grasa</p> <p>Banana, Yogur griego de vainilla y granola casera</p>	<p>19 Cereal Kix WG, mangos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Rebanadas de pavo, queso americano, galletas saladas Ritz, zanahorias baby con aderezo Ranch•, peras y leche 1% baja en grasa</p> <p>Galletas Cheddar Goldfish WG y peras</p>
<p>22 Cereal Cheerios WG, melocotones y leche 1% baja en grasa</p> <p>Burrito de frijoles y queso con tortillas WG, salsa Mexicali, kiwi frescos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Rodajas de queso cheddar y cuñas de naranja</p>	<p>23 Tortilla WG, huevos revueltos•, queso americano, salsa, papas estilo hash brown y leche 1% baja en grasa</p> <p>Sopa de pollo con fideos WG•, ensalada de espinaca, aderezo Ranch•, judías verdes al vapor y leche 1% baja en grasa</p> <p>Yogur griego de vainilla, granola casera y cuñas de manzana</p>	<p>24 Pan de banana WG•, fresas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Sloppy Joes de carne, pan de hamburguesa WG, patatas rojas asadas, piña fresca y leche 1% baja en grasa</p> <p>Zanahorias baby y tiras de pimiento con aderezo Ranch• y galletas Goldfish WG</p>	<p>25 Panqueques WG• con almíbar, arándanos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Deditos de pollo caseros•, Frijoles horneados en barbacoa, bollos WG, ensalada de lechuga romana con/aderezo Ranch• y leche 1% baja en grasa</p> <p>Banana, tortilla WG y mantequilla Sun Butter</p>	<p>26</p> <p>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</p>

<p>25 Cereal Chex WG, peras y leche 1% baja en grasa</p> <p>Carne de pollo para tacos, lechuga y tomate, tortilla crujiente para taco, Queso rallado, salsa, frijoles refritos, mangos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Cubitos de queso y gajos de naranja</p>	<p>29 Panecillo, tortita de huevo, rodajas de queso, papas estilo hash brown y leche 1% baja en grasa</p> <p>Bacalao al limón, arroz marrón WG, maíz al vapor, ensalada de espinacas con aderezo Ranch y leche 1% baja en grasa</p> <p>Cuñas de manzana, Galletas Graham Crackers WG, Mantequilla Sun Butter</p>	<p>30 Pan WG de moras, fresas y leche 1% baja en grasa</p> <p>Pavo asado y salsa, WG Pan de maíz, Puré de papas, piña fresca y leche 1% baja en grasa</p> <p>Zanahorias baby y palitos de apio con aderezo Ranch y galletas saladas integrales</p>	<p>31 Waffles integrales con almíbar, arándanos y leche 1% baja en grasa</p> <p>Lasaña de carne de res, pan de ajo WG, ensalada romana con aderezo italiano, brócoli al vapor y leche 1% baja en grasa</p> <p>Banana, Yogur griego de vainilla y granola casera</p>	<p>Cuando el alimento está en color VERDE indica que contiene lácteos</p> <p>El punto ROJO junto a los alimentos indica que estos contienen huevo</p> <p>WG= alimentos integrales</p>
---	---	--	--	---