

**Январь 2025 г.**

~Используется только свежее молоко жирностью 1 %~

**Красная точка – блюдо содержит ЯЙЦО**

**Зеленая точка – блюдо содержит МОЛОКО**

## Меню центра Head Start округа Адамс

~Наши центры участвуют в программе, финансируемой Министерством сельского хозяйства, и являются поставщиком и работодателем, предоставляющим равные возможности~

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
<b>6</b> <b>НЕТ ЗАНЯТИЙ</b>	<b>7</b> Смесь хлопьев, мандарины, молоко жирностью 1 % Спагетти из цельнозерновой муки и соус с мясом (фаршем из индейки), слегка обжаренный молодой кабачок, свежие киви и молоко 1 % Ванильный греческий йогурт и домашняя гранола	<b>8</b> Булочка из цельнозерновой муки с черникой, клубника и молоко жирностью 1 % Сэндвич с говяжьим фаршем, булочка из цельнозерновой муки, жареный красный картофель, свежий ананас и молоко жирностью 1 % Морковные палочки и цветная капуста с заправкой Ранч и крекеры Goldfish из цельнозерновой муки с сыром чеддер	<b>9</b> Гренки по-французски с сиропом, голубикой и молоком жирностью 1 % Домашнее куриное филе, тушеная фасоль, булочки из цельнозерновой муки, римский салат с заправкой Ранч и молоко жирностью 1 % «Сделайте перекус со смешной рожицей»: намажьте пасту из семян подсолнечника на тортилью, сделайте «рот» из кружка банана и «глаза» из изюма.	<b>10</b> <b>1020</b> Смесь хлопьев, манго и молоко 1 % Индейка, американский сыр, роллы из цельнозерновой муки, морковные палочки с заправкой Ранч, нарезанная кусочками груша и молоко жирностью 1 % Соленые крендельки Goldfish из цельнозерновой муки и мандарины
<b>13</b> Хлопья из цельнозерновой муки Cheerios, яблочное пюре и молоко жирностью 1 % Макароны из цельнозерновой муки с сыром, тушеная брокколи, фруктовый коктейль и молоко жирностью 1 % Волокнистый сыр и апельсин	<b>14</b> Греческий ванильный йогурт, мандарины и молоко жирностью 1 % Рис с курицей, тушеная морковь, груша и молоко жирностью 1 % Нарезанное яблоко и крекеры из муки грубого помола	<b>15</b> Цельнозерновой хлеб с цуккини, нарезанный персик и молоко жирностью 1 % Жареная индейка с подливой / цельнозерновой кукурузный хлеб, картофельное пюре, свежий ананас и молоко жирностью 1 % Огурец с заправкой Ранч и крекеры Triscuits из цельнозерновой муки	<b>16</b> Вафли из цельнозерновой муки с сиропом, Cuties (мандарины) и молоко жирностью 1 %. Лазанья с говядиной, цельнозерновой чесночный хлеб, римский салат с итальянской заправкой, зеленая фасоль на пару и молоко жирностью 1 % Банан и ванильный греческий йогурт	<b>17</b> <b>НЕТ ЗАНЯТИЙ</b>
<b>20</b> <b>ВЫХОДНОЙ</b>	<b>21</b> Цельнозерновые подушечки Chex, груша и молоко 1 % Курица с фасолью и чили, крекеры Ritz, овощное ассорти, свежий ананас и молоко жирностью 1 % Ванильный греческий йогурт и домашняя гранола	<b>22</b> Цельнозерновой банановый хлеб, нарезанный персик и молоко жирностью 1 % Гамбургеры, булочка из цельнозерновой муки, латук и помидоры, кукурузный початок, свежие киви и молоко жирностью 1 % Морковные палочки с заправкой Ранч и крекеры Cheez-Its из цельнозерновой муки	<b>23</b> Гренки по-французски с сиропом, банан и молоко жирностью 1 % Пицца с сыром с основой из цельнозерновой муки, римский салат с итальянской заправкой, персики и 1 % молоко Фруктовая пицца (обычные крекеры из цельнозерновой муки с клубничным сливочным сыром; с топпингом из голубики и кусочков клубники).	<b>24</b> <b>1020</b> Смесь хлопьев, манго и молоко 1 % Индейка, американский сыр, роллы из цельнозерновой муки, ломтики огурца с заправкой Ранч, нарезанная кусочками груша и молоко жирностью 1 % Крекеры Goldfish из цельнозерновой муки с сыром чеддер и мандарины
<b>27</b> Цельнозерновые подушечки Chex, фруктовый коктейль и молоко жирностью 1 % Тортилья с сыром: подогретая тортилья из цельнозерновой муки, кукурузные чипсы, кукурузный початок, сваренный на пару, манго и молоко жирностью 1 % Волокнистый сыр и апельсин	<b>28</b> Печенье, омлет, нарезанный сыр и драники, молоко жирностью 1 % Курица терияки, цельнозерновой бурый рис, тушеная морковь и молоко жирностью 1 %. Крекеры Thins из цельнозерновой пшеницы и хумус	<b>29</b> Овсяная булочка из цельнозерновой муки, нарезанный персик и молоко жирностью 1 % Сыр, жареный на гриле, с цельнозерновым хлебом, томатный суп, римский салат с заправкой Ранч, свежий ананас и молоко жирностью 1 % Нарезанное яблоко и крекеры из муки грубого помола	<b>30</b> Панкейк из цельнозерновой муки с сиропом, Cuties (мандарины) и молоко жирностью 1 % «Буррито Боул» с курицей, черная фасоль, кукурузный початок, сваренный на пару, чипсы из тортильи, тертый сыр, помидоры и листья салата Банан и ванильный греческий йогурт	<b>31</b> <b>НЕТ ЗАНЯТИЙ</b>