Menú de Mayo de 2021
Programa de Early Head Start

Lunces- 3rd **Desayuno:** Cereal - Corn Flakes, Pera, y Leche **Almuerzo:** Taco de Pan Frito (Taco Indio), Pita de Trigo Integral*, Maíz, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Muffin de Arándanos* y Manzana	**Martes- 4th** **Desayuno:** Barrita Nutri-Grain *, Naranja, y Leche **Almuerzo**: Rodajas de Carne Asada y Queso Enrollado en una Tortilla de Trigo*, Lechuga Rallada, Mayonesa, Cantalupo, Ensalada con Aderezo Italiano, y Leche **Refrigerio:** Pera y Muffin de Salvado	**Miércoles- 5th** **Desayuno:** Pan (Biscuits) de Trigo Integral* y Jalea, Manzana, y Leche **Almuerzo:** Sopa Minestrone, Panecillo de Trigo*, Vegetales Mixtos, Pera, y Leche **Refrigerio:** Galletas Saladas en Forma de Pez* y Puré de Manzana	**Martes- 6th** **Desayuno:** Yogurt, Granola (no granola para EHS), Plátano, y Leche **Almuerzo:** Pavo a la Barbacoa, Panecillo de Trigo*, Judías Verdes, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Pan de Pasas* y Manzana	**Viernes- 7th** **Reunión de la agencia: sin programas**
Lunes- 10th **Desayuno:** Barritas Nutri-Grain, Taza de Peras, y Leche **Almuerzo:** Sloppy Joe, Pan de Trigo Integral*, Zanahorias con Aderezo Ranch, Manzana, y Leche **Refrigerio:** Queso Colby Jack y Galletas de Trigo	**Martes- 11th** **Desayuno:** Muffin de Salvado, Naranja, y Leche **Almuerzo:** Salteado de Pollo, Arroz Integral*, Ensalada con Aderezo Ranch, Kiwi, y Leche **Refrigerio:** Muffin inglés*, Jalea, y Cantalupo	**Miércoles- 12th** **Desayuno:** Pan de Pasas*, Mantequilla, Manzana, y Leche **Almuerzo:** Queso Rallado, Pasta Rotini de Trigo Integral* con Salsa Marinara, Vegetales Mixtos, Pera, y Leche **Refrigerio:** Yogurt y Granola (Galletas Graham* para EHS)	**Martes- 13th** **Desayuno:** Cereal-Rice Crispy, Plátano, y Leche **Almuerzo:** Stroganoff de Carne de Res, Arroz Integral*, Brócoli, Manzana, y Leche **Refrigerio:** Chips de Maíz (Sun Chips) y Naranja	**Viernes- 14th** **Desayuno:** Pan (Biscuits) de Trigo Integral* y Jalea, Pera, y Leche **Almuerzo:** Rodajas de Pavo y Queso, Pan de Trigo*, Ensalada con Aderezo Italiano, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Muffin de Arándanos* y Manzana
Lunes- 17th **Desayuno:** Barrita Nutri-Grain*, Manzana, y Leche **Almuerzo:** Pozole de Pollo, Tortilla Integral*, Maíz, Kiwi, y Leche **Refrigerio:** Galletas Ritz y Mandarinas	**Martes- 18th** **Desayuno:** Pan de Calabacín*, Mantequilla, Pera, y Leche **Almuerzo:** Rodajas de Carne Asada y Queso, Pan de Trigo Integral*, Tallos de Apio con Aderezo Ranch, Melón Dulce, y Leche **Refrigerio:** Puré de Manzana y Galletas Goldfish*	**Miércoles-19th** **Desayuno:** Cereal-Toasty O's, Naranja y Leche **Almuerzo:** Chili Vegetariano, Panecillo de Trigo*, Vegetales Mixtos, Pera, y Leche **Refrigerio:** Galletas Graham* y Manzana	**Martes-20th** **Desayuno:** Muffin de Arándanos*, Plátano, y Leche **Almuerzo:** Taco de Carne de Res, Tortilla de Trigo*, Lechuga Rallada, Queso Rallado, Guisantes, Cantalupo, y Leche **Refrigerio:** Pan de Trigo*, Jalea, y Pera	**Viernes-21st** **Desayuno:** Pan de Maíz con Forma de Estrella*, Taza de Duraznos, y Leche **Almuerzo:** Ensalada de Pollo, Pan de Trigo*, Zanahorias con Aderezo Ranch, Manzana, y Leche **Refrigerio:** Fresas y Pan de Pasas* con Mantequilla
Lunes- 24th **Desayuno:** Muffin inglés*, Jalea, Puré de Manzana, y Leche **Almuerzo:** Estofado de Carne y Frijoles, Panecillos de Trigo*, Coliflor, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Barrita de Queso y Galletas de Trigo	**Martes- 25th** **Desayuno:** Cereal-Rice Crispy, Pera, y Leche **Almuerzo:** Pavo y Queso Enrollado en una Tortilla de Trigo Integral*, Lechuga Rallado, Mayonesa, Cantalupo, Zanahorias con Aderezo Ranch, y Leche **Refrigerio:** Naranja y Chips de Maíz* (Sun Chips)	**Miércoles- 26th** **Desayuno:** Barrita Nutri-Grain*, Manzana, y Leche **Almuerzo:** Frijoles Refritos Vegetarianos, Queso Rallado, Tortilla de Trigo*, Maíz, Pera, y Leche **Refrigerio:** Galletas Ritz y Puré de Manzana	**Martes- 27th** **Desayuno:** Yogurt, Granola (no granola para EHS), Plátano, y Leche **Almuerzo:** Hamburguesa, Rebanadas de Queso, Salsa de Tomate, Pan de Trigo Integral*, Brócoli, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Muffin de Salvado y Manzana	**Viernes- 28th** **Desayuno:** Cereal-Corn Flakes, Melón Dulce, y Leche **Almuerzo:** Ensalada de Atún, Pan de Trigo, Calabacín con Aderezo Ranch, Manzana, y Leche **Refrigerio:** Galletas Saladas en Forma de Pescado* y Taza de Frutas
Lunes- 31st **Día de los caídos: no hay programas**	**Martes-1st** **Desayuno:** Muffin de Arándanos*, Pera, y Leche **Almuerzo:** Sloppy Joe, Pan de Trigo Integral*, Zanahorias con Aderezo Ranch, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Galletas Goldfish* y Melón Dulce	**Miércoles-2nd** **Desayuno:** Pan (Biscuits) de Trigo Integral* y Jalea, Manzana, y Leche **Almuerzo:** Curry Vegetariano con Garbanzos, Pita de Trigo Integral*, Pera, Brócoli, y Leche **Refrigerio:** Queso Colby Jack y Galletas Ritz	**Martes-3rd** **Desayuno:** Cereal-Rice Crispy, Puré de Manzana, y Leche **Almuerzo:** Salsa Marinara Italiana con Carne de Res, Pasta Penne*, Coliflor, Naranja, y Leche **Refrigerio:** Palitos de Pepinos con Aderezo Ranch y Chips de Maíz* (Sun Chips)	**Viernes-4th** **Desayuno**: Yogurt, Pera, y Leche **Almuerzo**: Pavo y Queso en Rodajas, Pan de Trigo*, Ensalada con Aderezo Ranch, Fresas, y Leche **Refrigerios**: Pan de Plátano * y Manzana

"Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades".

* Productos ricos en cereales integrales