

# Mayo de 2024

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

# Menú de Head Start del Condado de Adams

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<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>		<p><b>1</b> 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><b>2</b></p> <p><b>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</b></p>	<p><b>3</b></p> <p><b>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</b></p>
<p><b>6</b></p> <p><b>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</b></p>	<p><b>7</b> 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><b>8</b> Pan WG de moras• 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><b>9</b> Palitos de tostada francesa 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><b>10</b> 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><b>13</b> Cereal Chex integral y peras, 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><b>14</b> 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><b>15</b> Pan de banana WG•, 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><b>16</b> Waffles 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><b>17</b></p> <p><b>NO SE ASISTE A LA ESCUELA</b></p>
<p><b>20</b> Cereal Cheerios WG, puré de manzanas con canela y leche 1% baja en grasa</p> <p>Macarrones con queso WG•, ensalada de col y brócoli al vapor, aderezo cremoso para ensalada de col• &amp; leche 1% baja en grasa</p> <p>Queso en tiras y cuñas de naranja</p>	<p><b>21</b> ****Elección del Chef****</p> <p>½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta y leche 1% baja en grasa</p> <p>1 ½ onza de carne/alternativa a la carne, ¼ de taza de vegetales, ¼ de taza de fruta, ½ onza de cereales integrales y leche 1% baja en grasa</p> <p>½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta O vegetal</p>	<p><b>22</b> ****Elección del Chef****</p> <p>½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta y leche 1% baja en grasa</p> <p>1 ½ onza de carne/alternativa a la carne, ¼ de taza de vegetales, ¼ de taza de fruta, ½ onza de cereales integrales y leche 1% baja en grasa</p> <p>½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta O vegetal</p>	<p><b>23</b> ****Elección del Chef****</p> <p><b>ÚLTIMO DÍA DE CLASES</b></p> <p>½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta y leche 1% baja en grasa</p> <p>1 ½ onza de carne/alternativa a la carne, ¼ de taza de vegetales, ¼ de taza de fruta, ½ onza de cereales integrales y leche 1% baja en grasa</p>	

	<b><i>**Indique los alérgenos en las etiquetas y sustitúyalos según corresponda.</i></b>	<b><i>**Indique los alérgenos en las etiquetas y sustitúyalos según corresponda.</i></b>	½ onza de cereales integrales, ½ taza de fruta O vegetal <b><i>**Indique los alérgenos en las etiquetas y sustitúyalos según corresponda.</i></b>	
--	--	--	--	--