

La Pine

Head Start Menú del Almuerzo



Mayo 2019

Componentes Requeridos	Muestra- Edades 3-5 años
Carne/Carne Alternativa	1.5 oz. Ensalada de Pollo
Grano Entero	½ Porción Pita Integral
Fruta	¼ t. Cubitos de Duraznos
Verduras	¼ t. Judías Verdes/Ejotes
Leche	¾ t. Leche Baja en Grasa

Esta institución es un proveedor de oportunidades de igualdad --- Todos los productos de Granos son WGR, WG o WW --- Las etiquetas / recetas de CN cumplen con los requisitos mínimos de USDA / CACFP

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Maestros favor de anotar cualquier substitución		1 1 / 2 t. Pollo Dulce con Chili 1 / 4 t. Arroz integral 1 / 2 t. Ensalada Verde con Ranch ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	2 1 Sándwich de Ensalada de Atún en Pan Integral (1.5 oz de Atún) 1 / 4 t. Papas ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	3 No Hay Escuela
6 1 Sándwich De Pollo Empanizado En Pan Integral 1 / 4 t. Judías verdes ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	7 1 Burrito Casero de Frijoles y Queso con Tortilla Integral 1 / 4 t. Maíz ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	8 1 / 2 t. Pollo Naranja 1 / 4 t. Arroz integral 1 / 4 t. Brócoli ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	9 1 Pollo a la Barbacoa (2 oz) 1 / 4 t. Macarrones Integrales Y Queso 1 / 2 t. Ensalada Verde Ranch ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	10 No Hay Escuela
13 1 Sándwich De Jamón Y Queso Tostado En Pan Integral 1 / 4 t. Papas ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	14 1 Taco Integral Suave De Pollo 1 / 4 t. Frijoles negros ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	15 1 / 2 t. Pollo Katsu 1 / 4 t. Arroz integral 1 / 4 t. Judías verdes ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	16 1 Pastel de Pollo Integral 1 / 2 t. Ensalada De Brócoli ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	17 No Hay Escuela
20 1 Hamburguesa con Queso en Pan Integral ¼ t. Papas ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	21 1 Enchilada De Pollo Y Queso ½ oz. Tortilla Integral Chips 1 / 4 t. Maíz ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	22 1 / 2 t. Pollo teriyaki 1 / 4 t. Arroz integral 1 / 2 t. Ensalada Verde con Ranch ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	23 2 onzas Pollo al horno 1 / 4 t. Puré 1 Rollo Integral de Cena 1 / 4 t. Brócoli ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	24 No Hay Escuela
27 No Hay Escuela	28 1 Taco De Ternera ½ oz. Tortilla Chips de Grano Entero 1 / 4 t. Frijoles Negros ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	29 1 / 2 t. Pollo 1 / 4 t. Fideo Integral Teriyaki 1 / 4 t. Salteado de verduras ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	30 1 Sándwich De Pollo Empanizado En Pan Integral 1 / 4 t. Papas ¼ t. Fruta ¾ t. Leche Sin Grasa	31 No Hay Escuela

R.D. Firma de Dietista Registrada y Fecha _____