



# Octubre 2023 Menú 3-5 años



NOMBRE DEL SITIO

Semana 1	Lunes 2	Martes 3	Miércoles 4	Jueves 5
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carne / carne alternada (no más de 3 veces por semana) • Verduras o frutas • Leche líquida • Otros alimentos	(ID CACFP) <b>WG TORTITA PATTY CAKE</b> PURE DE MANZANA 1% LECHE	<b>YOGUR DE VAINILLA</b> DURAZNOS 1% LECHE	(CN LABEL) <b>BURRITO DE HUEVO Y QUESO</b> CHABACANES ENLATADOS 1% LECHE	<b>CEREAL FRÍO – KIX</b> PLÁTANOS 1% LECHE
<b>ALMUERZO</b> • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida • Otros alimentos	<b>HAMBURGUESAS</b> ENSALADA VERDE CUBOS DE MELÓN WG PAN HAMBURGUESA 1% LECHE	(D-10) <b>ATÚN PATRÓN</b> FRUTAS TROPICALES COLIFLOR Y BRÓCOLI 1% LECHE	(CN LABEL) <b>PALITOS DE PESCADO DEFINITIVOS</b> ZANAHORIAS FRESAS CN WG PALITOS DE PESCADO 1% LECHE	(WR-5) <b>SOPA DE TACOS CON QUESO</b> CHIPS DE COL RIZADA DURAZNOS WG CHIPS DE TORTILLA 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida	<b>GAJOS DE NARANJA FRESCA</b> 1% LECHE	(USDA) <b>PICADURAS DE PEPINO AGRIO</b> 1% LECHE	<b>CHIPS DE TORTILLA</b> SALSA 1% LECHE	<b>WG GALLETAS</b> 1% LECHE
Semana 2	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carne / carne alternada (no más de 3 veces por semana) • Verduras o frutas • Leche líquida • Otros alimentos	<b>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO</b> FRUTA MIXTA WG PAN TOSTADO 1% LECHE	(USDA) <b>CUADRADOS DE PAN DE PLÁTANO</b> MANGO CORTADO EN CUBITOS 1% LECHE	<b>CEREAL FRÍO – FROSTED MINI TRIGOS</b> MANZANAS ENLATADAS 1% LECHE	<b>WG MUFFINS INGLESSES</b> ALBARICOQUES ENLATADOS 1% LECHE
<b>ALMUERZO</b> • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida • Otros alimentos	(WR-2) <b>CACEROLA ENCHILADA DE POLLO</b> EJOTE RODAJAS DE PERA WG TORTILLAS DE MAÍZ 1% LECHE	(D-20) <b>MACARRONES CON QUESO</b> BRÓCOLI RODAJAS DE MANZANA FRESCAS WG FIDEOS DE MACARRONES 1% LECHE	(D-09A) <b>ENROLLO DE TORTILLA</b> TOMATES CHERRY CUBOS DE MELÓN WG TORTILLA DE HARINA 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>SÁNDWICH DE QUESO TOSTADO</b> SOPA DE TOMATE CHICHARO CUBOS DE MIELADA WG PAN 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida	<b>WG GALLETAS GRAHAM</b> PURE DE MANZANA 1% LECHE	<b>WG CHEEZ IT GALLETAS</b> PLÁTANOS 1% LECHE	<b>YOGUR DE FRESA</b> FRESAS 1% LECHE	(PFS) <b>MUFFINS DE ARÁNDANOS (DAVE'S PANADERÍA)</b> 1% LECHE

\*Todos los cereales fríos servidos se basan en la lista de cereales de WIC  
 ESTA INSTITUCIÓN ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.



# Octubre 2023 Menú 3-5 años



NOMBRE DEL SITIO

Semana 3	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carne / carne alternada (no más de 3 veces por semana) • Verduras o frutas • Leche líquida • Otros alimentos	<b>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO FRESAS</b> WG PAN TOSTADO 1% LECHE	(A-11B) <b>MUFFINS DE AVENA CUADRADOS (O MUFFUNS)</b> CUBOS DE MELÓN 1% LECHE	<b>CEREAL FRÍO – CHEERIOS</b> DURAZNOS 1% LECHE	<b>WG TOSTADAS FRANCESAS EN PALITOS</b> PURE DE MANZANA 1% LECHE
<b>ALMUERZO</b> • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida • Otros alimentos	(CN LABEL) <b>LA PIZZA DE QUESO MAX</b> FRUTAS TROPICALES COLIFLOR Y BRÓCOLI WG CN PIZZA ETIQUETADA 1% LECHE	(CNRB) <b>POLLO DULCE Y ATREVIDO</b> PIMIENTOS ROJOS Y VERDES TROZOS DE PIÑA WG ARROZ INTEGRAL 1% LECHE	(F-12) <b>CARNE DESCUIDADA JOE</b> FRUTA MIXTA JUDÍAS VERDES WG PAN HAMBURGUESA 1% LECHE	(CN LABEL) <b>PEPITAS DE POLLO</b> PAPAS FRITAS DE CAMOTE CUBOS DE MIELADA WG ROLLO DE CENA 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida	<b>RODAJAS DE MANZANA FRESCAS</b> 1% LECHE	<b>FRIJOLES RREFRITOS</b> WG CHIPS DE TORTILLA 1% LECHE	<b>MANOS EN EL CEREAL</b> PLÁTANOS 1% LECHE	<b>PALITOS DE ZANAHORIA CON RANCH</b> 1% LECHE
Semana 4	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carne / carne alternada (no más de 3 veces por semana) • Verduras o frutas • Leche líquida • Otros alimentos	<b>CEREAL FRÍO – LIFE</b> PLÁTANOS 1% LECHE	<b>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO</b> CUBOS DE MIELADA 1% LECHE	<b>CREMA DE TRIGO FARINA</b> MANZANAS ENLATADAS 1% LECHE	<b>SALSA DE GALLETAS Y SALCHICHAS</b> CHABACANES ENLATADOS 1% LECHE
<b>ALMUERZO</b> • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida • Otros alimentos	(CN LABEL) <b>ALBÓNDIGAS</b> PURÉ DE PAPA PERA WG PALITOS DE PAN 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>SÁNDWICH DE ENSALADA DE ATÚN</b> CHICHARO RODAJAS DE MANZANA FRESCAS WG PAN 1% LECHE	(D-5) <b>POLLO PARMESANO AL HORNO</b> CUÑAS DE TOMATE ENSALADA DE FRUTAS WG PALITOS DE PAN DE PARMESANO 1% LECHE	(D-04A) <b>PASTEL DE CARNE GLASEADO</b> CALABACÍN FRUTAS TROPICALES WG ROLLO DE PAN 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida	<b>WG GALLETAS GRAHAM</b> PURE DE MANZANA 1% LECHE	<b>WG PALITOS DE PAN</b> SALSA MARINARA 1% LECHE	<b>YOGUR DE VAINILLA</b> DURAZNOS 1% LECHE	(NATIONAL CACFP) <b>ROLLO DE SUSHI DE PLÁTANO</b> 1% LECHE

\*Todos los cereales fríos servidos se basan en la lista de cereales de WIC  
 ESTA INSTITUCIÓN ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.



# Octubre 2023 Menú 3-5 años



NOMBRE DEL SITIO

Semana 5	Lunes 30	Martes 31	Miércoles (Nov. 1)	Jueves (Nov. 2)
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carne / carne alternada (no más de 3 veces por semana) • Verduras o frutas • Leche líquida • Otros alimentos	(CN LABEL) <b>WG TOSTADAS FRANCESAS EN PALITOS</b> COMPOTA DE MANZANA 1% LECHE	(A-7) <b>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO</b> TORTILLAS DE HARINA WG DURAZNOS 1% LECHE	<b>WG TOSTADA</b> ALBARICOQUES ENLATADOS 1% LECHE	<b>CEREAL FRÍO – CHEERIOS</b> PLÁTANOS 1% LECHE
<b>ALMUERZO</b> • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida • Otros alimentos	(D-13) <b>PIZZA MEXICANA</b> PIMIENTO VERDE CUBOS DE MIELADA WG TORTILLA DE HARINA 1% LECHE	(USDA TEAM NUTRITION) <b>POLLO ALFREDO CON UN TOQUE</b> BRÉCOL CUÑAS NARANJAS WG ROTINI PASTA 1% LECHE	(D-03A) <b>CACEROLA DE TERNERA Y ESPAGUETIS</b> JUDÍAS VERDES FRUTA MIXTA WG FIDEOS DE ESPAGHETTI 1% LECHE	(F-4) <b>PIZZA EN UN BOLSILLO</b> PALITOS DE ZANAHORIA CON RANCHO FRUTAS TROPICALES WG PAN DE PITA 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne o carne alternativa • Verduras • Frutas/Verduras • Granos • Leche líquida	(IDAHO CACFP) <b>MEZCLA DE SENDEROS</b> 1% LECHE	<b>REQUESÓN</b> FRUTA MIXTA 1% LECHE	<b>NARANJAS MANDARINAS</b> 1% LECHE	<b>WG GALLETAS GRAHAM</b> 1% LECHE

\*Todos los cereales fríos servidos se basan en la lista de cereales de WIC  
 ESTA INSTITUCIÓN ES UN PROVEEDOR DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES.