

# DICIEMBRE 2022 MENU 3-5 AÑOS



SITE NAME \_\_\_\_\_

SEMANA 1	LUNES (NOVIEMBRE 28 <sup>TH</sup> )	MARTES (NOVIEMBRE 29 <sup>TH</sup> )	MIÉRCOLES (NOVIEMBRE 30 <sup>TH</sup> )	JUEVES 1	VIERNES 2
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carn/carne alternate (no mas de 3 veces en la semana) • Verduras o Frutas • leche fluido	<b>HUEVOS REVUELTOS CON QUESO</b> MANDARINAS WG TOSTAR 1% LECHE	<b>CEREAL *FIRIO</b> -General Mills Multigrain Cheerios REBANAS DE DURAZNO 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>WG PANQUEQUE PATTY CAKE</b> SALSA DE MANZANA 1% LECHE	<b>HARINA DE AVENA</b> MANZANAS ENLATADAS 1% LECHE	(A-11B) <b>MUFFIN CUADRADOS DE AVENA (O MAGDALENA)</b> RODAJAS DE PERA 1% LECHE
<b>LONGHE</b> • carne o alt.de carne • Verduras •frutass/Veg • Granos • Fluid Leche • Otras alimentos	(F-12) <b>SLOPPY JOE DE REZ EN PAN</b> FRUTA MIXTIADA EJOTES WG PAN 1% LECHE	(D-10) <b>EMPANADA DE ATUN</b> FRUTA TROPICAL COLIFLOR & BROCCOLI WG PALITO DE PAN 1% LECHE	(WR-14) <b>HAMBURGESA</b> CUADRO DE MELON ENSALADA VERDE DEL JARDIN WG PAN 1% LECHE	(CNRB) <b>POLLO DULCE Y DESCARADO</b> TROZOS DE PINA PIMIENTO ROJO WG ARROZ CAFE 1% LECHE	(D-21A) <b>BURRITO DE FRIJOLES CON QUESO</b> TOMATES CHERRY PEPINOS SECCIONES DE NARANJA WG TORTILLAS 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne/ carne alternate • Verduras • Frutas • Grainos • Leche	<b>AGUACATE</b> GALLETAS GOLDFISH 1% LECHE	<b>YOGUR</b> - <b>DARIGOLD VAINILLA BAJA EN GRASA</b> BAYAS MIXTAS 1% LECHE	<b>MANOS EN EL CEREAL</b> PLÁTANO 1% LECHE	<b>RODAJAS DE NARANJA FRESCA</b> 1% LECHE	<b>PALITOS DE APIO</b> MANTEQUILLA DE SEMILLAS DE GIRASOL 1% LECHE
SEMANA 2	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carn/carne alternate (no mas de 3 veces en la semana) • Verduras o Frutas • leche fluido	(IDAHO CACFP) <b>WG FABULOSA PAN FRANCES</b> SALSA DE MANZANA 1% LECHE	<b>CREMA DE TRIGO FARINA</b> CIRUELAS 1% LECHE	<b>WG INGLES ROLLO DE PAN</b> RABANADAS DE MELON 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>BURRITO DE HUEVO Y QUESO</b> WG TORTILLA PLATANO FRESCO 1% LECHE	<b>YOGUR</b> - <b>DARIGOLD VAINILLA BAJA EN GRASA</b> DURAZNOS 1% LECHE
<b>LONGHE</b> • carne o alt.de carne • Verduras •frutass/Veg • Granos • Fluid Leche • Otras alimentos	(CNRB) <b>ATÚN Y FIDEOS DE HUEVO WG</b> MEZCLA DE GUISANTES Y ZANAHORIA MANDARINAS 1% LECHE	(WR-2) <b>CASEROL DE ENCIHILADA DE POLLO</b> EJOTES RABANADAS DE PERA WG TORTILLAS DE MAÍZ 1% LECHE	(WR-5) <b>TACO SOPA CON QUESO</b> WG CHIPS DE TORTILLA DE MAÍZ DURAZNOS WG ROLLO DE PAN 1% LECHE	(D-20) <b>MACARON CON QUESO</b> CUADROS DE MELON FRESCO BRÉCOL WG FIDEOS MACARRONES 1% LECHE	(FH) <b>SOPA DE FRIJOLES NEGROS</b> AGUACATE EN RODAJAS WG PAN DE MAÍZ 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne/ carne alternate • Verduras • Frutas • Grainos • Leche	<b>WG CHIPS DE TORTILLA DE MAÍZ</b> SALSA 1% LECHE	<b>REQUESÓN</b> 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>SALSA DE FRIJOLES BLANCOS</b> PALITOS DE APIO 1% LECHE	<b>RODAJAS DE MANZANA FRESCA</b> 1% LECHE	(A-3) <b>MUFFIN DE ARÁNDANOS)</b> 1% LECHE

\*Todos los cereales fríos están basidos en la lista de WIC

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE OPORTUNIDADES IGUALES.

# DICIEMBRE 2022 MENU 3-5 AÑOS



SITE NAME \_\_\_\_\_

SEMANA 3	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carn/carne alternate (no mas de 3 veces en la semana) • Verduras o Frutas • leche fluido	<b>WG MINI BAGEL TOSTADO</b> RODAJAS DE PERA 1% LECHE	(A-09B) <b>GALLETAS Y SALSA</b> <b>SALCHICHA</b> FRUTA MIXTIADA 1% LECHE	<b>WG PAN TOSTADO</b> REBANADAS DE DURAZNO 1% LECHE	<b>CEREAL FRIO*</b> -General Mills Kix PLATANOS 1% LECHE	(A-11B) <b>WG MUFFIN CUADRADOS</b> FRUTA FRESCA 1% LECHE
<b>LONGHE</b> • carne o alt.de carne • Verduras •frutass/Veg • Granos • Fluid Leche • Otras alimentos	(CNRB) <b>BURRITO DE POLLO</b> PEPINO RODAJAS DE MANZANA FRESCA WG TORTILLA 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>SANDWICH DE QUESO</b> <b>TOSTADO</b> CUADROS DE HONEYDEW SOPA DE TOMATE WG PAN 1% LECHE	(D-23) <b>PIZZA CON CARNE MOLIDA</b> FRUTA TROPICAL COLIFLOR/BROCOLI WG CORTEZA DE PIZZA 1% LECHE	(D-09A) <b>TORTILLA ENROLLADA</b> PIMIENTOS AMARILLOS Y ROJOS RODAJAS DE NARANJA FRESCA WG TORTILLAS 1% LECHE	(D-5) <b>POLLO PARMESANO AL HORNO</b> RODAJAS DE PERA CUÑAS DE TOMATE WG ROLL 1% LECHE
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne/ carne alternate • Verduras • Frutas • Grainos • Leche	<b>PALITOS DE ZANAHORIA</b> 1% LECHE	<b>YOGUR</b> - <b>DARIGOLD FRESA BAJA EN GRASA</b> 1% LECHE	<b>MANDARINAS</b> 1% LECHE	<b>WG GALLETA GRAHAM</b> 1% LECHE	<b>MANZANAS ENLATADAS</b> 1% LECHE
SEMANA 4	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
<b>DESAYUNO</b> • Granos o carn/carne alternate (no mas de 3 veces en la semana) • Verduras o Frutas • leche fluido	<b>HARINA DE AVENA</b> BAYAS MIXTAS 1% LECHE	(A-11B) <b>MUFFIN CUADRADOS DE AVENA (O MAGDALENA)</b> MANGO CORTADO EN CUBITOS 1% LECHE	<h2>SIN ESCUELA - VACACIONES DE NAVIDAD</h2>		
<b>LONGHE</b> • carne o alt.de carne • Verduras •frutass/Veg • Granos • Fluid Leche • Otras alimentos	(D-03) <b>CASEROL DE CARNE Y SPAGETI</b> FRUTA MIXTIADA JUDÍAS VERDES WG FIDEOS SPAGHETTI 1% LECHE	(IDAHO CACFP) <b>SANDWICH DE ENSALDA DE ATUNA</b> SALSA DE MANZANA PALITOS DE APIO WG PAN 1% LECHE			
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) • Carne/ carne alternate • Verduras • Frutas • Grainos • Leche	<b>WG GALLETAS</b> 1% LECHE	<b>WG PALITOS DE PAN W/ SALSA MARINARA</b> 1% LECHE			

\*Todos los cereales fríos están basidos en la lista de WIC

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE OPORTUNIDADES IGUALES.

# DICIEMBRE 2022 MENU 3-5 AÑOS



SITE NAME \_\_\_\_\_

SEMANA 5	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
<b>DESAYUNO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Granos o carn/carne alternate (no mas de 3 veces en la semana</li><li>• Verduras o Frutas</li><li>• leche fluido</li></ul>	<h2>SIN ESCUELA - VACACIONES DE NAVIDAD</h2>				
<b>LONCHE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• carne o alt.de carne</li><li>• Veduras •frutass/Veg</li><li>• Granos</li><li>• Fluid Leche</li><li>• Otras alimentos</li></ul>					
<b>BOCADILLO</b> (Seleccione dos de estos cinco componentes) <ul style="list-style-type: none"><li>• Carne/ carne alternate</li><li>• Verduras • Frutas</li><li>• Grainos • Leche</li></ul>					

\*Todos los cereales fríos están basidos en la lista de WIC

ESTA INSTITUCION ES UN PROVEEDOR DE OPORTUNIDADES IGUALES.