



Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

No se usan cacahuates, productos de Puerco en la preparación de ningún platillo del menú. Leche (1% bajo en grasa) se sirve en con cada almuerzo y desayuno.

WGR" significa enriquecido en grano integro" y especifica que el product contiene por lo menos 50% de granos integros.

5
WGR Panecillo Ingles con jalea Piña

Kix Cereal Duraznos

6
Yogur y Pera con WGR Avena

WGR Pretzel suave con Miel Mostaza Mandarinas

7
Cheerios Platanos

Queso Cottage Peras

8
WGR Muffin de Batas Duraznos

Mezcla de bocadillas Mandarinas

12
Kix Cereal Mandarinas

Queso y Galletas Peras

13
Mezcla de bocadilla (WGR Cereal, Galletas, Fruta Seca) Salsa de Manzana

WGR Muffin de Batatas Duraznos

14
WGR Panecillo Ingles con jalea Peras

Cheerios Platanos

15
Yogur Duraznos

Mezcla de bocadillas Mandarinas

19
WGR Bagel con Queso Crema Duraznos

Kix Cereal Mandarinas

20
Kix Cereal Kiwi

Yogur Pera

21
WGR Pan de batatas Platanos

Mezcla de bocadillas Salsa de Manzana

22
WGR Muffin de naranja y arándanos Salsa de Manzana

WGR Pan de Platano Pears

26
Cheerios Piña

WGR Muffin de naranja y arándanos Duraznos

27
Yogur y Peras con Avena

WGR Bagel con Queso Crema Mandarinas

28
No Clases

22
No Clases

5 Deliciosas formas de Disfrutar Batatas!

- Una Merienda Crujiente y Saludable.** Traten de disfrutar de las papitas de batata. Partelos bien delgaditos y agreguele con un pincel de cocina aceite de olive. Hornee a 350 grados por 15 minutos o hasta que esten levemente dorados y crujientes.
- La Nueva ensalada de papa.** Substituya las papas regulares por el en su receta favorita de ensalada de papa.
- Papitas a la francesa de Batata.** Las papitas al la francesa de batata son un platillo delicioso. Parata el batata en cuartos y agregule aceite de olive. Hornee a 400 grados por 40-60 minutos. Para un toque de condimento., agregue un poquito de pimienta cayena.
- Cubra su ensalada.** Las batatas son aderezos dulces para ensaladas. Combine batatas cortadas en cubitos, trozos de piña, manzanas, apio y anacardos. Sirva sobre ensalada de verduras.
- ¡Hornear, asar o cocinar al vapor!** ¡Elige un método de cocción y disfruta! Use batatas enteras sin pelar como guarnición para cualquier comida.

~Odia Verduras?~



Le parece que a su niño no le gustan ninguna verdura? Es normal! No se preocupe de tartar de forzar a su a que se las coma, ien lugar trate de alientelo! Puede tomar ente 10-20 veces de exponerlo a un alimento Nuevo antes de que le guste a su niño. Asi que no se rinda! Siga ofreciendolo; iesta hacienda un buen trabajo! A veces lo que se necesita es el ofrecer una verdura en una forma diferente. Quizas a su niño no le guste el pure de batata pero las papitas de batatas puede que se convierta en su Nuevo alimento.

A los niños de 12-23 meses de edad se les ofrece leche integra y de los 24 meses en adelante se les ofrece leche 1% con almuerzo y desayuno

A los bebes de 0-11 mese se lese ofrece leche materna, formula, y cereal de bebes forificado con hierro en cada comida.