

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
Cereal de bebes
Piña

WGR Galletas
Duraznos

6
Yogur
Pera

Cheerios
Mandarinas

7
Cheerios
Platanos

Chex Cereal
Peras

1
8
Queso en cubitos
Cheerios
Duraznos

Mezcla de
bocadillas
Mandarinas

12
Cereal de bebes
Mandarinas

WGR Galletas
Peras

13
Yogur
Salsa de Manzana

Cheerios
Duraznos

14
WGR Panecillo In-
gles con jalea
Peras

Chex Cereal
Platanos

15
Queso en cubitos
Cheerios
Duraznos

Mezcla de bo-
cadillas
Mandarinas

19
Cereal de bebes
Duraznos

WGR Galletas
Mandarinas

20
Yogur
Kiwi

Cheerios
Pera

21
WGR Pan de
batatas
Platanos

Chex Cereal
Salsa de Manzana

22
Queso en cubito.
Cheerios
Salsa de Manzana

WGR Pan de
Platano
Peras

26
Cereal de bebes
Piña

WGR Galletas
Duraznos

27
Yogur
Pera

Cheerios
Mandarinas

28
No Clases

22
No Clases

5 Delciosas 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 facorita de ensalada de papa.
- Papitas a la francesa de Batata.** Las papitas al la francesa de batata son un platillo deliciosos. 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 nino no le gustas ninguna verdure? 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 nino. Asi que no se rinda! Siga ofreciendolo; iesta hacienda un buen trabajo! A veces lo que se necesita es el ofrecer una verdure en una forma diferente. Quizas a su nino no le guste el pure de batata pero las papitas de batatas puede que se convierta en su Nuevo alimento.

A los ninos 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 maternal, formula, y cereal de bebes forificado con hierro en cada comida.