

Abril 2025 Menu de Almuerzo



EDMONDS COLLEGE
HEAD START, EARLY
HEAD START, AND ECEAP



Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

No Hay Clases Abril 1-11

15

Sopa de Papas
(Pollo, Papas, Zanahoria, Cebolla)
Pan Integral
Mandarinas

16

Pollo desmenuzado
con salsa de BBQ en
WGR Bun
Batatas Horneadas
Duraznos

17

Ensalada de Átun en
Pan Integral
Pepino con Dip
Peras

18

Pizza
(WGR Crust, Salsa de
Tomate, Queso, Pavo)
Ensalada de Lechuga
con Zanahoria y Dressing
Piña

22

Sopa de tomate
albahaca
(Tomate, Calabacin)
Palitos de queso
Pan Integral
Peras

23

Espaguetis
(Pasta, Albóndigas, Salsa de Tomate, Queso)
Ensalada de Lechuga
Dressing
WGR Palitos de Pan
Manzanas Pequeñas

24

Sandwich de Pavo
y Queso en pan de
hoagie
Ensalada de col
con zanahorias
Platanos

25

Tacos
(Carne Molida,
Tortillas, Frijoles,
Salsa, Queso,
Lechuga)
Mandarinas

29

Sopa Minestrone
(Pasta, Cebolla, Tomates, Zanahoria, Frijoles)
Palitos de queso
Pan Integral
Mandarinas

30

WGR Pan de Pita
Hummus
Huevo Cocido
Zanahorias
Fruta Tropical

Cosecha del mes: Zanahorias!



Sabía Usted...

Las zanahorias pueden ser anaranjadas, rojas, amarillas, moradas

Las zanahorias son una excelente Fuente de Vitamina A que ayuda a la vista y Vitamina C que ayuda a fortalecer el sistema inmunológico para protegernos de enfermedades

Cuando Compara zanahorias busque las que se sienten firmes al tocarlas y las puede guardar por hasta un mes



Las zanahorias son verduras de raíz que crecen por debajo de la tierra y tienen hojas tupidas.

¡Las zanahorias se pueden hervir al vapor, azar o commerce crudas! Deje que su niños le ayude a seleccionar las zanahorias de la tienda y ha prepararlas junto a usted. ¡El Involucrar a los niños les yudara a querer probarlas tambien!

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.

“WGR” significa enriquecido en grnao integro” y especifica que el producto contiene por lo menos 50% de grano íntegros.