

Novembre 2018 EHS Almuerzo Menu

Coasecha de 1 Mes Camotes !

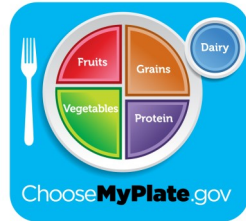


Martes

Miercoles

Jueves

Viernes



No Hay Escuela

1

Palitos de queso
Blanqueado Zanahoria w/
Dip
WGR Galletas
Pure de Manzana
6-11 meses
Blanqueado Zanahoria
Pure de Manzana

2

El camote es una verdura de raiz deliciosa la cual puede substituir las paps en cualquier receta.

El camote se encuentra en todos colores del arcoiris! Las variedades mas communes que se encuentran son las blancas o las anaranjadas obscuras (que a veces se conocen como jicamas)

Los camotes que son anaranjados estan llenos de betacaroteno, el cual se convierte en los antioxidantes de la Vitamina A en nuestros cuerpos.

La Vitamina A promueve un Sistema inmunologico Saludable y Buena vision.

Guarde el camote en un lugar Fresco y oscuro por hasta 3-5 semanas.

Otono Camotes y sopa de zanahoria, Palitos de queso
WGR Roll
Mini Manzanas
6-11 meses
Sopa de Camotes/
Zanahoria
Queso de cubitos

6

Otono Camotes y sopa de zanahoria, Palitos de queso
WGR Roll
Mini Manzanas
6-11 meses
Sopa de Camotes/
Zanahoria
Queso de cubitos

7

Pollo de licitaciones
WGR Pretzel pan w/ BBQ sauce
Pure de Camotes
Peras
6-11 meses
Pure de Camotes
Peras

8

No Hay Escuela

9

Socializacion infantil

13

Sandwich de ensalada de tuna w/ WGR Pan
Palitos de zanahoria
Pina Tidbits
6-11 meses
Ensalada de tuna y
Pina tidbits

14

No Hay Escuela

15

Soplos de camote w/ Dip
Palitos de queso
WGR Galletas
Platano
6-11 meses
Soplos de camote
Platano

16

Papitas a la francesa de camote horneadas

Ingredientes

- 1 Cucharada de aceite de olive o de canola, para cubrir
- 2 camotes grandes, partidos a lo largo y sin pelar
- ½ cucharadita de sal
- ½ cdta de olio de ajo (opcional)
- ½ cdta de canela (opcional)



Indicaciones

1. Pre-caliente el horno a 425 grados
2. Pongos las papitas de camote partidas en una bolsa Ziploc (o un tazón) junto al aceite de olive, sal, ajo y canela y agítelo para revolver.
3. Ponga las papitas en una baneja de hornear dejandole un campito entre papitas.
4. Pongalas en el horno por 10 minutos y lueho volteelas.
5. Pongalas nuevamente en el horno por 10 minutos mas.
6. Deben de quedar suaves por dentro y tostadas afuera.
7. Deje que se enfien por 5 minutos.

Tambien puede intentar 1/4 paquete de condiment para taco o su especie favorito. Disfruten!

Sopa de papas
Palitos de queso
WGR Rollo de pan
Melones Mezclados
6-11 meses
Sopa de papas
Melones Mezclados

20

Sopa de papas
Palitos de queso
WGR Rollo de pan
Melones Mezclados
6-11 meses
Sopa de paps
Melones Mezclados

21

No Hay Escuela

22

No Hay Escuela

23

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

A los bebés de 0-11 meses se les ofrece leche materna, fórmula, y cereal de bebés fortificado con hierro en cada comida.

No Hay Escuela

27

Cowboy Macaronnes
(WGR Pastas, Camotes, Maiz, frijoles, Zanahoria, Queso)
Melocotones
6-11 meses
Pasta (Padres aplastarán)
Melocotones

28

No Hay Escuela

29

No Hay Escuela

30

"WGR" significa enriquecida en grano integral y especifica que el producto contiene por lo menos 50% de granos integros.
"WW" significa "Granos integros" y especifica que el producto contiene 100% de granos integros.

No se usan cacahuates, productos de puerco en la preparacion de ningun platillo del menu. Leche (1% bajo en grasa) se sirve en con cada almuerzo.

Esta institucion es un proveedor de oportunidades