

# Septiembre, 2011 Gleamns Early Headstart Men ú

(2-2)

Desayuno

9/5/2011  
FIESTA

1/4 taza  
2 cada  
4 oz

Salsa la Manzana  
Sticks tostado Francesa  
la Leche Entero

9/6/2011

1/4 taza  
1 cada  
4 oz  
1 tbsp

la Naranja Fresco (2 Cuarto)  
Pan Bagelette Tajada  
la Leche Entero  
el Queso Crema

9/7/2011

1/4 taza  
1/3 taza  
4 oz  
1 oz

Pera Dado  
Grits la Mantequilla  
la Leche Entero  
Huevo Revueltos

9/8/2011

1 cada  
1 tajada  
4 oz

Platano  
Toastado con Canela WW  
la Leche Entero

9/9/2011

Almuerzo

5 cada  
1/8 taza  
1/8 taza  
4 oz  
1 pkg

Pepita el Pollo .6 oz (CN)  
las Zanahorias Vapor  
Maiz Crema  
Pan on Pepita  
la Leche Entero  
Ketchup

4 oz  
1/8 taza  
1/8 taza  
1 cada  
4 oz

Carne Barvacoa (CN)  
Haba Cocer  
Ensalada de Col  
Pan WW  
la Leche Entero

4 cada  
2 cada  
1/8 taza  
1 cada  
4 oz  
1 paquette

Dippers Teriyaki (CN)  
Pepino tajada  
Verde Mezcla California  
Panecillo WW  
la Leche Entero  
Estil RanChero

6 oz  
1/8 taza  
1/2 mitad  
1 cada  
4 oz

(HM) Empanada Pote el Pollo  
Empanada en Verdura  
Kiwi (2 Cuarto)  
Pan WW  
la Leche Entero

Merienda

1/2 taza  
4 cada  
1/2 taza

la Fruta Tropical  
Galletas, Saltines  
Agua Fria

1/2 taza  
1 paquette  
1/2 taza

la Manzana (Mitad 2) Fresco  
Galletas Bug Bites  
Agua Fria

2 cada  
1 paquette  
1/2 taza

Circulo la Pina  
Pan Mini Arandano WW  
Agua Fria

1 cada  
1 paquette  
1/2 taza

Cuerda el Queso  
Tarta Estallido Fresa WG  
Agua Fria

(2-3)

Desayuno

9/12/2011

1/4 taza  
1 cada  
4 oz  
1 tbsp

Manzanas Guisadas con Canela  
Waffle  
la Leche Entero  
Almibar

1 mitad  
1/3 taza  
4 oz

la Naranja Fresco (2 Cuarto)  
Grits la Mantequilla  
la Leche Entero

9/13/2011

1 cada  
1 pkg  
4 oz

Platano  
Cereales/Crunch Tst Canela WG  
la Leche Entero

9/14/2011

1/4 taza  
1 cada  
4 oz  
1 cada

Albaricoque Partir en dos  
Pan WW  
la Leche Entero  
Trozo la Salchicha Pavo

9/15/2011

1/4 taza  
1 cada  
4 oz

Pera Dado  
Toasta Queso WW  
la Leche Entero

9/16/2011

Almuerzo

1 tajada  
2 cada  
1/8 taza  
4 oz  
1 pkg

Pizza Pepperoni WW 4.67 oz (CN)  
Pepino tajada  
Maiz Crema  
Pan en Pizza WG  
la Leche Entero  
Salsa, Ranch Low Fat

6 oz  
1/8 taza  
1/8 taza  
4 oz

(HM) el Arroz/el Polo Mexicana  
el Broculi Vapor/Queso  
la Coliflor Vapor  
Pan en Entrée  
la Leche Entero

4 cada  
1/8 taza  
1 cada  
4 oz  
1 pkt

Trozo el Pescado 1 oz (CN)  
Verdura Mezcla Chuckwagon  
Name Porcion  
Pan on Pescado  
la Leche Entero  
Ket/Salsa Tarter

4 oz  
1/8 taza  
4 oz

(HM) Cazuela Espagueti la Carne  
Salsa/Tom/Pasta WW  
Haba Verde  
Pan in Cazuela  
la Leche Entero

1 cada  
1/8 taza  
1/8 taza  
1 Cuadrado  
4 oz

(HM) Muslo el Pollo Teriyaki 3.5 oz  
Haba Pinto  
Verde Collard  
Pan Maiz  
la Leche Entero

Merienda

1/2 taza  
1 cada  
1/2 taza

Trozo la pina  
Pan Mini Platano WW  
Agua Fria

1/2 taza  
10 cada  
1/2 taza

Duraznos Dado  
Galletas Queso  
Agua Fria

1/2 taza  
1 paquette  
1/2 taza

la Naranja Mandarin  
Galletas, manzana/Canela  
Agua Fria

1/2 taza  
10 cada  
1/2 taza

la Fruta Tropical  
Galletas Animal  
Agua Fria

1/2 taza  
1 paquette  
1/2 taza

Salsa de Manzana  
Galletas oso Limon  
Agua Fria

Integral entero ser WG

Entero Trigo ser WW

Maize entero ser WC

CN iz nino nutricion

HM iz de fabricacion casera

Todas las frutas servidas en Early Head Start deben ser peladas, libres de semillas y hervidas antes de ser servidas.  
Todas las niños sobre la edad de 2 años recibirán leche 1% baja en grasa a menos que haya una orden del doctor.

# Agosta, 2011, Gleamns Early Headstart Men ú

(2-4)

## Desayuno

9/19/2011		9/20/2011		9/21/2011		9/22/2011		9/23/2011	
1/2 Cada	la Naranja Fresco (2 cuarto)	1/4 taza	Salsa la Manzana	1/4 taza	la Naranja Mandarin	1/4 taza	Pera Dado	1 Cada	Platano
1 pkg	Cereales/Cheerio WG	2 Cada	Sticks Tostado Francesa	1 pkg	Cereales/ Total WG	1/3 taza	Grits la Mantequilla	1 Cada	Pan Tostado Canela
4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero
						1 oz	Huevo Revueltos		

## Almuerzo

1 Cada	Bistec Salisbury 3.2 oz (CN)	1 Cada	(HM) el Sandwich Pavo 1 oz	4 oz	(HM) el Jamon/Queso/Pasta	5 Cada	Pepita el Pollo (CN)	1 oz	(HM) my Ancho Joe
1/8 taza	Haba Verde	1 Cada	Tajada Escabeche	1/8 taza	Ensalada/Rom. Lechuga/Tomate Dcd.	1/8 taza	Vegetales Mixtados	1/8 taza	Ensalada de Col
1/8 taza	la Fruta Tropical	5 Cada	Patata, Smiles	1/8 taza	la Zanahorias Vidriada la Naranja	1 mitad	Kiwi (1 mitad)	1/8 taza	Haba Cocer
1/3 taza	Salsa/el Arroz	1 Cada	Panecillo WW	1 Cada	Panecillo de miel ranch		Pan on el Pollo	1 Cada	Pan WW
4 oz	la Leche Entero	1 Cada	Mayonesa/Mostaza	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero Chocolate
		4 oz	la Leche Entero			1 paquette	Mostaza el Miel		

## Merienda

4 oz	Yogur la Fresa	1/2 taza	Duraznos Dado	1/2 taza	Trozo la pina	1 Cada	Cuerda el queso	1/2 taza	Albaricoque Partir en dos
1 paquette	Galletas/Goldfish Graham WW	4 Cada	Galletas, Saltines	1 paquette	Galletas Bug Bites	1 Cada	Pan Mini Arandano WW	1 paquette	Galletas oso Limon
1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria

## Jornada Trabajo Profesor

(2-1) EHS ONLY

## Desayuno

9/26/2011		9/27/2011		9/28/2011		9/29/2011		9/30/2011	
1/4 taza	La Fresa Fresco	1 mitad	Naranja Fresco Cuarto	1 Cada	Platano	1/4 taza	Albaricoque partir en dos	1/4 taza	Peras Dado
1 Cada	Gofre	1/3 taza	Grits la Mantequilla	1 pkg	Cereales/Cin Tst Crunch WG	1 Cada	Pan WW	1 Cada	Pan Tostado English
4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero
1 tbsp	Almibar					1 Cada	Trozo la Salchicha Pavo	4 pkt	Jalea la Manzana

## Almuerzo

1 oz	Pavo Tajada (CN)	1 Cada	(HM) Panecillo Up Tortilla	1 tajada	Pizza Queso WW 4.67 oz (CN)	1 Cada	Patty la Hamburguesa 2.5 oz (CN)	1 Cada	(HM) Musjo el Pollo Dulc Acido
1/8 taza	Bonita Cocer	1/8 taza	Haba Pinto	1/8 taza	Maiz Crema	5 Cada	Patata (Tater Tots) horro	1/8 taza	el Broccoli Vapor
1/8 taza	Verdura Oriental	1/8 taza	Lechuga Tajada/Tomata	1 Cada	Circulo la Manzana Especia	1 Cada	Tomate tajada	1/8 taza	la Naranja Mandarinas
1 Cada	Pan WW	1 Cada	Pancake Harina		Pan on Pizza WW	1 Cada	Panecillo WW	1/3 taza	Salsa/el Arroz
4 oz	la Leche Entero	1 tbsp	el Queso Rallar	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero	4 oz	la Leche Entero
		4 oz	la Leche Entero			1 Cada	Ketchup/Mostaza		

## Merienda

1/2 taza	la Sandia pedazos Fresco	1/2 taza	Duraznos Dado	1/2 taza	Trozo la pina	1/2 tazaq	la Fruta Tropical	1 tajada	Pastel Amarillo
1 Cada	Pan Mini Platano WW	10 Cada	Galletas Queso	1 paquette	Galletas, manzana/Canela	10 Cada	Galletas Animalitos	1/2 taza	la Fresa
1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria	1/2 taza	Agua Fria

## Celebracion de Cumpleanos

Integral entero ser WG

Entero Trigo ser WW

Malze entero ser WC

CN IZ nino nutrition

HM IZ de fabricacion casera

Todas las frutas servidas en Early Head Start deben ser peladas, libres de semillas y hervidas antes de ser servidas.

Todas las ninos sobre la edad de 2 años recibirán leche 1% baja en grasa a menos que haya una orden del doctor.