

Febrero, 2012 Gleamns Headstart Menu

(3-1)

EL DESAYUNO

1/30/12		1/31/12		2/1/12		2/2/12		2/3/12	
1/2 Cada	Naranjas Navel (2 Cuarto)	1 Cada	Pera Fresco (2 Mitad)	1/2 taza	Duraznos dado	1 Cada	Platano	1/2 taza	la Naranja Mandarinas
1 pkg	Cereales/Cheerio WG	1/3 taza	Grits el Queso	1 Cada	Tostada con Canela WW	1 pkg	Cereales/Total WG	2 Cada	Toasta Stick French
8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche
								1 tbsp	Miel

EL ALMUERZO

5 Cada	Pepita el Pollo .6 oz (CN)	1 tajada	Pizza el Queso WG 4.67 oz (CN)	2 oz	Pavo tajada (CN)	1 Cada	(HM) la Hamburguesa el Queso	1 Cada	El Pescado 3 oz (CN)
1/4 taza	Patata Crema	1/4 taza	Haba Verde	1/4 taza	Guisado de Carne	1 Cada	Patata al Horro Russet	1/4 taza	el Broculi Vapor
1/4 taza	las Zanahorias Vapor	1/4 taza	Salsa de Manzana	1/4 taza	Verde Collard	1 Cada	Kiwi Fresco (4 cuarto)	1/4 taza	Pera Dado
	Pan en el Pepita Pollo		Pan WG eb Pizza	1 Cada	Cuadrado Pan Maiz	1 Cada	Pan WW	1 Cada	Panecillo de Miel Ranch WW
8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche
1 pkg	Ketchup					1 Cada	Ket/Must/Mayo	1 Cada	Salsa Tarta/Ketchup
						1 Cada	la Mantequilla taza		

LA MERIENDA

1/2 taza	Trozo la Pina	4 oz	Yogur la Fresa	1/2 taza	la Fruta Tropical	1 pkg	Galletas pes Dorado Gigante WW	1 pkg	Galletas Bug Bites Canela
1 pkg	Galletas oso Ljmo	5 Cada	Barquillo Ujo	10 Cada	Galletas Animalles	4 oz	Elguo la Fruta 100%	4 oz	Elguo de Manzana 100%
4 oz	Agua Fria	4 oz	Agua Fria	4 oz	Agua Fria				

(3-2)

EL DESAYUNO

2/6/12		2/7/12		2/8/12		2/9/12		2/10/12	
1/2 taza	Manzanas Guisadas con Canela	1/2 taza	Albaricoque Partier en dos	1 Cada	la Naranja Fresco (2 Mitad)	1/2 taza	Salsa de Manzana	1 Cada	Platano
1 Cada	Toastado la Mantequilla WW	1 Cada	Pan WW	1/3 taza	Grits la Mantequilla	1 pkg	PanCake	1 pkg	Cereales/Wheat Mini WG
8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche
1 Cada	Jalea Uva	1 Cada	la Salchicha Pavo						

EL ALMUERZO

2 oz	el Jamon Tajada (CN)	1 Cada	(HM) el Sandwich el Queso Tostado	8 oz	(HM) Guisado de Carne	80 oz	(HM) Cazuela Fideo el Pollo	2 oz	(HM) Pavo Taco
1/4 taza	Col Vapor	4 oz	Sopa Tomate		Hortliza en Guisado	1 Cada	de Camote	1/4 taza	Lechuga Rom/Tom Dado
1/4 taza	Duraznos Dado	1/4 taza	el Broculi Fresco/Salsa Ranch	1/4 taza	la Fruta Tropical	1/4 taza	Verdura Mezcla California	1/4 taza	Haba Pintos
1 Cada	Pan de Miel Ranch WW	1 Cada	Pan WW	1/3 taza	el Arroz		Fideo en Cazuela WW	1 Cada	Tortilla Harina
8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche	8 oz	1% la Leche
								1 tbsp	Queso Rallado

LA MERIENDA

1 pkg	Frita Maiz WC	1 Cada	Platano	10 Cada	Galletas Animalles	1/2 taza	Pera Dado	1 Cada	la Manzana Fresco (2 mitads)
4 oz	Jugo Uva 100%	1 pkg	Panecillo/de Manzana WG	4 oz	el Jugo la Pina 100%	1 pkg	Galletas Chocolate Graham Bear	10 Cada	Galletas el Queso
		4 oz	Agua Fria			4 oz	Agua Fria	4 oz	Agua Fria

MAÍZ ENTERO EZ WC
ELGUO 100%

INTEGRAL ENTERO EZ WG
DE FABRICACION CASERA EZ HM

TRIGO ENTERO EZ WW
NINO NUTICION EZ CN

Febrero, 2012 Gleamns Headstart Menu



(3-3)

EL DESAYUNO

2/13/12
 1/2 taza Naranjas Navel (2 Cuarto)
 1 pkg Cereales/Cheerio WG
 8 oz 1% la Leche

2/14/12
 1 Cada Platano
 1 pkg Cereales/Total WG
 8 oz 1% la Leche

2/15/12
 1/2 taza Manzanas Guisadas con Canela
 1/3 taza Comida Avena
 8 oz 1% la Leche

2/16/12
 1 Cada Pera Fresco (2 Mitad)
 1/3 taza Grits el Queso
 8 oz 1% la Leche

EARLY HEADSTART UNICO DIA DE PLANIFICACION DE PERSONAL

2/17/12
 1/2 taza la Naranja Mandarinas
 2 Cada Toasta Sticks French
 8 oz 1% la Leche
 1 tbsp Miel

EL ALMUERZO

1 tajada Pizza WG Pepperoni 4.67 oz (CN)
 1/4 taza Ensalada/Zanahorias/Pepino
 1 Cada Mazorca en Maiz
 Pan WG en Pizza
 8 oz 1% la Leche

8 oz (HM) Empanada Pote el Pollo
 Veges in Pote
 1 Cada KIW Fresco (4 Cuarto)
 1/2 Cada Pan Blando
 8 oz 1% la Leche

4 Cada Paillos de el Pescado 1 oz (CN)
 1/4 taza Cocer
 1/4 taza las Zanahorias Vapor
 Pan en Paillos Pescado
 8 oz 1% la Leche
 1 pkt Ket/Salsa Tarter

1 Cada Muslo el Pollo Frito al Horro (CN)
 1/4 taza Verde Nabo
 1/4 taza Guisante Ojo Negro
 1 Cada Cuadrado Pan Maiz
 8 oz 1% la Leche

4 Cada Dippers Teryaki (CN)
 1/4 taza Patata Crema
 1/4 taza Haba Verde
 1 Cada Panecillo de Miel Ranch
 8 oz 1% la Leche

LA MERIENDA

1/2 taza Pera Dado
 1 pkg WW Galletas oso Limon
 4 oz Agua Fria

4 oz Yogur Fresa
 5 Cada Barquillo Vainilla
 4 oz Agua Fria

1/2 taza la Fruta Tropical
 1 pkg Patata Frita Queso WG
 4 oz Agua Fria

1/2 taza Trozo la Pina
 1 pkg Galletas de Miel Graham WG
 4 oz Agua Fria

1 Cada la Manzana Fresco (2 Mitad)
 1 pkg Pan Azul Mini WG
 4 oz Agua Fria

(3-4)

EL DESAYUNO

2/20/12 FORMACION EHS/HS CHILD NO

2/21/12
 1/2 taza Albaricoque Partir en Dos
 1 Cada Bisquit WW
 8 oz 1% la Leche
 1 Cada la Salchicha Pavo

2/22/12
 1 Cada la Naranja (2 Mitad)
 1/3 taza Grits la Mantequilla
 8 oz 1% la Leche

2/23/12
 1/2 taza Mananas Guisadas con Canela
 1 Cada Pancake
 8 oz 1% la Leche

2/24/12
 1 Cada Platano
 1 pkg Cereales/Wheat Mini WG
 8 oz 1% la Leche

EL ALMUERZO



1 Cada (HM) Muslo el Pollo BBQ 3.5 oz
 1/4 taza Haba Pinto
 1 Cada Mazorca en Maiz
 1 Cada Panecillo de Miel Ranch
 8 oz 1% la Leche

4 oz (HM) Haba/Asada
 Veges in Asada
 1/4 taza Trozo la Pina
 1 Cada Cuadrado Pan Maiz
 8 oz 1% la Leche

2 oz (HM) el Sandwich Pavo
 1 Cada Lechuga Rom/ Tomate Tajada
 2 Cada Tajada Escabeche
 2 Cada Pan WW
 8 oz 1% la Leche
 1 pkt Mayo

1 Cada Bistec la Hamburguesa (CN)
 1/4 taza las Zanahorias Vapor
 1/4 taza Guisante Verde
 1/3 taza Salsa/Arroz
 1 Cada Pan WW
 8 oz 1% la Leche Chocolate

LA MERIENDA

1 Cada Platano
 1 pkg Pan la Manzana Mini WG
 4 oz Agua Fria

10 Cada Galletas Animal
 4 oz Jugo Ova 100%

1/2 taza Peras en Cuadritos
 1 pkg Galletas Chocolate Grahams
 4 oz Agua Fria

Celebracion el Cumpleanos
 1/2 taza la Fresa
 1 slice Pastel Amarillo
 4 oz Agua Fria

MAÍZ ENTERO EZ WC
 ELGUO 100%

INTEGRAL ENTERO EZ WG
 DE FABRICACION ES HM

TRIGO ENTERO EZ WW
 NUTICION CHILD ES CN

Febrero, 2012 Gleamns Headstart Menu

(3-1)

EL DESAYUNO

2/27/12
 1/2 Cada Naranjas Navel (2 Cuarto)
 1 pkg Cereales/Cheerio WG
 8 oz 1% la Leche

2/28/12
 1 Cada Pera Fresco (2 Mitad)
 1/3 taza Grits el Queso
 8 oz 1% la Leche

2/29/12
 1/2 taza Duraznos dado
 1 Cada Tostada con Canela WW
 8 oz 1% la Leche

3/1/12
 1 Cada Platano
 1 pkg Cereales/Total WG
 8 oz 1% la Leche

3/2/12
 1/2 taza la Naranja Mandarinas
 2 Cada Toasta Stick French
 8 oz 1% la Leche
 1 tbsp Miel

EL ALMUERZO

5 Cada Pepita el Pollo .6 oz (CN)
 1/4 taza Patata Crema
 1/4 taza las Zanahorias Vapor
 Pan en el Pepita Pollo
 8 oz 1% la Leche
 1 pkg Ketchup

1 tajada Pizza el Queso WG 4.67 oz (CN)
 1/4 taza Haba Verde
 1/4 taza Salsa de Manzana
 Pan WG eb Pizza
 8 oz 1% la Leche

2 oz Pavo tajada (CN)
 1/4 taza Guisado de Carne
 1/4 taza Verde Collard
 1 Cada Cuadrado Pan Maiz
 8 oz 1% la Leche

1 Cada (HM) la Hamburguesa el Queso
 1 Cada Patata al Horro Russet
 1 Cada Kiwi Fresco (4 Cuarto)
 1 Cada Pan WW
 8 oz 1% la Leche
 1 Cada Ket/Must/Mayo
 1 Cada la Mantequilla taza

1 Cada El Pescado 3 oz (CN)
 1/4 taza el Brocoli Vapor
 1/4 taza Pera Dado
 1 Cada Panecillo de Miel Ranch WW
 8 oz 1% la Leche
 1 Cada Salsa Tarta/Ketchup

LA MERIENDA

1/2 taza Trozo la Pina
 1 pkg Galletas oso Limo

4 oz Yogur la Fresa
 5 Cada Barquillo Uso

1/2 taza la Fruta Tropical
 10 Cada Galletas Animalles

1 pkg Galletas pes Dorado Gigante WW
 4 oz Elguo la Fruta 100%

1 pkg Galletas Bug Bites Canela
 4 oz Elguo de Manzana 100%

MAÍZ ENTERO EZ WC
 ELGUO 100%

INTEGRAL ENTERO EZ WG
 DE FABRICACION ES HM

TRIGO ENTERO EZ WW
 NUTICION CHILD ES CN

