


# HEAD START & PKC BREAKFAST MENU FEBRUARY 2024

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			<b><u>February 1</u></b> Apple Juice (4oz) W.G. Low Fat Apple Cinnamon Muffin (2 oz) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 2</u></b> Petite Banana W.G. Soft Pretzel Stick (1 oz.) Yogurt (4 oz.) Milk 1% (¾ Cup)
<b><u>February 5</u></b> Apple Sauce (1/2 Cup) Honey Cheerios Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 6</u></b> Apple Juice (4 oz.) W.G. Bagel (2 oz.) W/ Cream Cheese Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 7</u></b> Sliced Peaches (1/2 Cup) W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 8</u></b> Apple Juice (4oz) W.G. Low Fat Blueberry Muffin (2 oz) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 9</u></b> Petite Banana W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)
<b><u>February 12</u></b> Apple Sauce (1/2 Cup) W.G. Kix Cereal (.5 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 13</u></b> Peach Cup (1/2 Cup) W.G. Waffles (2.6 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 14</u></b> Apple Juice (4 oz.) W.G. Low Fat Banana Muffin (2 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 15</u></b> Apple Wedges (2 oz.) W.G. Vanilla Emoji Graham Crackers (1 oz.) Hard Boiled Egg (1 each) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 16</u></b> Petite Banana W.G. Soft Pretzel Stick (1 oz.) Yogurt (4 oz.) Milk 1% (¾ Cup)
<b><u>February 19</u></b> <b>NO SCHOOL</b> 	<b><u>February 20</u></b> Apple Juice (4 oz.) W.G. Pancakes (3.03 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 21</u></b> Sliced Peaches (1/2 Cup) W.G. Kix Cereal (.5 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 22</u></b> Petite Apple (1) W.G. Low Fat Chocolate Chip Muffin (2 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 23</u></b> Petite Banana W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)
<b><u>February 26</u></b> Apple Sauce (1/2 Cup) Honey Cheerios Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 27</u></b> Apple Juice (4 oz.) ½ W.G. Croissant w/ Jelly (5 oz) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 28</u></b> Sliced Peaches (1/2 Cup) W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	<b><u>February 29</u></b> Grape Juice 4oz. W.G. Low Fat Banana Muffin (2 oz.) Milk 1% (¾ Cup)	Petite Banana W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Cereal Bowl (1 oz.) Milk 1% (¾ Cup)

**Head Start Centers:**

**Avon Grove**  
**Early Discovery Center**  
**Gordon**  
**Kennett Square**  
**Octorara**  
**Oxford**  
**Phoenixville Barkley**  
**Ridgewood**  
**TCHS Pickering**  
**West Chester**

**BREAKFAST GUIDELINES AGE 3-5:**


- Milk ¾ Cup
- Vegetable/Fruit or both, ½ Cup
- Grains .5 oz. equivalent
- Meat/MA may be served in place of the grain component up to 3 times per week.

**One (1) serving from all 3 components.**

**DUE TO SUPPLY CHAIN  
ISSUES MENU IS SUBJECT TO  
CHANGE WITHOUT NOTICE.**

**SYLVIE BACCARO, R.D. LDN.**  
 FOOD SERVICE MANAGER  
 610-613-0859  
 OR  
**PHILIP RADICK**  
 ASSISTANT FOOD SERVICE  
 MANAGER  
 302-287-1780  
 OR  
**AMY DOLLARD**  
 CAFETERIA MANAGER  
 302-268-3202

# MENÚ DE DESAYUNO HEAD START Y PKC FEBRERO 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<b>1 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz) W.G. Muffin de manzana y canela bajo en grasa (2 oz) Leche 1% (3/4 taza)	<b>2 de febrero</b> Plátano Pequeño W.G. Barra de pretzel suave (1 oz.) Yogur (4 oz.) Leche 1% (3/4 taza)
<b>5 de febrero</b> Puré de manzana (1/2 taza) Tazón de cereal Honey Cheerios (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>6 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz.) W.G. Bagel (2 oz.) Con queso crema Leche 1% (3/4 taza)	<b>7 de febrero</b> duraznos en rodajas (1/2 taza) W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Tazón de cereal (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>8 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz) W.G. Arándano bajo en grasa Muffin (2 oz) Leche 1% (3/4 taza)	<b>9 de febrero</b> Plátano Pequeño W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Tazón de cereal (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)
<b>12 de febrero</b> Puré de manzana (1/2 taza) Cereal W.G. Kix (.5 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>13 de febrero</b> Taza de durazno (1/2 taza) W.G. Waffles (2.6 onzas) Leche 1% (3/4 taza)	<b>14 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz.) W.G. Muffin de plátano bajo en grasa (2 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>15 de febrero</b> Gajos de manzana (2 oz.) W.G. Vainilla Emoji Graham Crackers (1 oz.) Huevo duro (1 cada uno) Leche 1% (3/4 taza)	<b>16 de febrero</b> Plátano Pequeño W.G. Barra de pretzel suave (1 oz.) Yogur (4 oz.) Leche 1% (3/4 taza)
<b>19 de febrero</b> <b>NO ESCUELA</b> 	<b>20 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz.) Panqueques W.G. (3.03 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>21 de febrero</b> duraznos en rodajas (1/2 taza) Cereal W.G. Kix (.5 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>22 de febrero</b> Manzana pequeña (1) W.G. Muffin bajo en grasa con chispas de chocolate (2 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>23 de febrero</b> Plátano Pequeño W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Tazón de cereal (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)
<b>26 de febrero</b> Puré de manzana (1/2 taza) Tazón de cereal Honey Cheerios (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>27 de febrero</b> Jugo de manzana (4 oz.) 1/2 croissant W.G. con gelatina (5 oz) Leche 1% (3/4 taza)	<b>28 de febrero</b> duraznos en rodajas (1/2 taza) W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Tazón de cereal (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	<b>29 de febrero</b> Jugo de uva 4oz. W.G. Muffin de plátano bajo en grasa (2 oz.) Leche 1% (3/4 taza)	Plátano Pequeño W.G. Cinnamon Toast Crunch R.S. Tazón de cereal (1 oz.) Leche 1% (3/4 taza)

**Centros Head Start:**

Avon Grove  
Centro de Descubrimiento Temprano  
Gordon  
Plaza Kennett  
Octorara  
Oxford  
Phoenixville Barkley  
Ridgewood  
TCHS Dickerson

**PAUTAS PARA EL DESAYUNO DE 3 A 5 AÑOS:**

- Leche 3/4 taza
- Vegetal/Fruta o ambos, 1/2 taza
- Granos equivalentes a .5 onzas
- La carne/MA se puede servir en lugar del componente de grano hasta 3 veces por semana.

**Una (1) porción de los 3**

**DEBIDO A PROBLEMAS EN LA CADENA DE SUMINISTRO, EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.**

**SYLVIE BACCARO, R.D. LDN.**  
GERENTE DE SERVICIO DE ALIMENTOS  
610-613-0859  
O  
**FELIPE RADICK**  
ASISTENTE DEL GERENTE DE SERVICIO DE ALIMENTOS  
302-287-1780  
O  
**AMY DOLLARD**  
GERENTE DE CAFETERÍA  
302-268-3202