


Almuerzo de Head Start/PKC Noviembre de 2024

Lunes	Cantidad	Martes	Cantidad	Miércoles	Cantidad	Jueves	Cantidad	Viernes	Cantidad
								1 de noviembre Pizza Guisantes sazonados Fresas en rodajas Leche 1%	1 1/4 taza 1/4 taza 3/4 taza
4 de noviembre Nuggets de pollo W.G. Macarrones con queso Judías verdes duraznos en rodajas Leche 1%	5- 3 oz. 1/2 taza 1/4 taza 1/4 taza 3/4 taza	5 de noviembre NO hay escuela		6 de noviembre WG Pollo con palomitas Arroz integral frito Palitos de apio Gajos de naranja Galleta Leche 1%	8-3.2 oz. 1/4 taza 3-1.4 oz 3 cuñas 1 3/4 taza	7 de noviembre Remolino de canela Tostadas francesas Yogurt Papas fritas Arándanos Leche 1%	2.5 oz. 4 onzas 1-2.25 oz. 1/4 taza 3/4 taza	8 de noviembre Pizza Pepinos con salsa Peras cortadas en cubitos Leche 1%	1 3-1.4 oz 1/4 taza 3/4 taza
11 de noviembre Turquía & Queso W.G. Croissant Salsa de miel y mostaza Verduras mixtas duraznos en rodajas Leche 1%	2-2.0 oz. 1-.5 oz. 2.2 oz. 1 paquete. 1/4 taza 1/4 taza 3/4 taza	12 de noviembre Fajita de pollo Tortilla blanda W.G. de 6" Shr. Cheddar Mafz dulce Mandarinas Leche 1%	2.5 oz. 1 1 Tbsp. 1/4 taza 1/4 taza 3/4 taza	13 de noviembre W.G. Pasta con salsa de carne W.G. Tostada de Texas Mozzarella rallada Romana y Shr. Ensalada de zanahoria Arándanos Leche 1%	1/3 taza 1/4 taza 1.3 oz 1.5 Tbsp. 1/2 taza 1/4 taza 3/4 taza	14 de noviembre Pollo a la barbacoa W.G. Pan de hamburguesa Hojaldres de patata Cositas de piña Leche 1% TAZA DE BUDÍN	3 oz. 2 oz. 8-2.4 oz. 1/4 taza 3/4 taza 3 onzas	15 de noviembre Pizza redonda de 4" Coliflor sazonada Cerezas Leche 1%	1 1/4 taza 1/4 taza 3/4 taza
18 de noviembre Hamburguesa de pollo W.G. Pan de hamburguesa Frijoles horneados Peras cortadas en cubitos Leche 1%	3.05 oz 2 oz. 1/3 taza 1/4 taza 3/4 taza	19 de noviembre Empanada de huevo y Queso W.G. Croissant Zanahorias dulces Manzana Pequeña Leche 1%	1.25 oz. .5 oz. 2.2 oz. 1/4 taza 1 3/4 taza	20 de noviembre Queso a la parrilla En el pan W.G. Floretes de brócoli Mandarinas Leche 1%	3 (1.5 oz.) 2 redanadas 1/4 Taza 1/2 3/4 taza	21 de noviembre Pavo caliente en salsa Pure de papa Judias verdes sazonadas W.G. Pan de maiz Arandanos Leche 1% Pudín de calabaza	2(2.0 oz.) 1/4 taza 1/4 Taza 2 oz. 1/4 taza 3/4 taza 3 oz.	22 de noviembre Pizza Pepinos con salsa Cositas de piña Leche 1%	1 3- 1.4 oz. 1/4 taza 3/4 taza
25 de noviembre NO hay escuela		26 de noviembre NO hay escuela		27 de noviembre NO hay escuela		28 de noviembre NO hay escuela		28 de noviembre NO hay escuela	

PAUTAS PARA EL ALMUERZO DE 3 A 5 AÑOS

- Leche 1%, 3/4 taza
- Carne/Alternativa a la Carne 1.5 oz.
- Vegetal 1/4 taza
- Fruta 1/4 taza
- Granos equivalentes a .5 onzas
- Una (1) porción de los 5 componentes.

SYLVIE BACCARO
Gerente de Servicio de Alimentos
610-613-0859

PHILIP RADICK
Asistente Del Gerente de Alimentos
302-287-1780

AMY DOLLARD
Gerente de Cafeteria
302-268-3202

CENTROS HEAD START:

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

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