

January - May 2020 Menu

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Breakfast: Cereal, Oranges, Milk Lunch: Meatballs with Rice, Green Beans, Peaches, Milk Snack: Celery, Sunbutter, Raisins	Breakfast: French Toast, Pears, Milk Lunch: Chicken Alfredo, Broccoli, Apples, Milk Snack: Yogurt, Raspberries	Breakfast: Bagels, Tropical Fruit, Milk Lunch: Chix Chowder, String Cheese, Wheat Roll, Grapes, Milk Snack: Pita Wedges, Hummus	Breakfast: Oatmeal, Blueberries, Milk Lunch: Soft Taco, Lettuce & Tomato, Watermelon, Milk Snack: Carrots, Crunchy Pretzels	Breakfast: Toast, Applesauce, Milk Lunch: Chicken Stir Fry, Rice, Veggies, Oranges, Milk Snack: None
Breakfast: B. Muffins, Peaches, Milk Lunch: Tuna Melt, Celery, Cantaloupe, Milk Snack: Apples, Goldfish Crackers	Breakfast: Bagels, Pears, Milk Lunch: Spaghetti w/ Marinara, Butternut Squash, Peas, Milk Snack: Cereal, Milk	Breakfast: Yogurt, Mangoes, Milk Lunch: Teriyaki Chicken, Rice, Carrots, Pineapple, Milk Snack: Grapes, Wheat Thins	Breakfast: Cereal, Bananas, Milk Lunch: Turkey Pot Roast, Wheat Roll, Potatoes, Strawberries, Milk Snack: Cucumbers, String Cheese	Breakfast: Oatmeal, Raspberries, Milk Lunch: Eagle Pizza Tostada w/ Corn, Carrots, Lettuce, Milk Snack: None
Breakfast: French Toast, Applesauce, Milk Lunch: Chicken & Broccoli Penne Pasta, Grapes, Milk Snack: Cottage Cheese, Peaches	Breakfast: B. Muffins, M. Oranges, Milk Lunch: Hawaiian Haystack, Rice, Peas, Pineapple, Milk Snack: Pears, Soft Pretzel Bites	Breakfast: Yogurt, Berries, Milk Lunch: Baked Fish, Cauliflower, Oranges, Wheat Roll, Milk Snack: Pita Wedges, Hummus	Breakfast: Oatmeal, Peaches, Milk Lunch: Turkey & Cheese Sandwich, Watermelon, Carrots, Milk Snack: Celery, String Cheese	Breakfast: Cereal, Tropical Fruit, Milk Lunch: Mac and Cheese Soup, Apples, Milk Snack: None
Breakfast: B. Muffins, Applesauce, Milk Lunch: Hawaiian Focaccia Bread Pizza, Salad, Pineapple, Milk Snack: Cucumbers, Wheat Thins	Breakfast: Wheat Toast, Oranges, Milk Lunch: Chicken Quesadilla, Corn, Green Beans, Milk Snack: Cottage Cheese, Raspberries	Breakfast: Yogurt, Strawberries, Milk Lunch: Chicken Noodle Soup, String Cheese, Grapes, Milk Snack: Cereal, Milk	Breakfast: Oatmeal, Bananas, Milk Lunch: Asian Chix Salad, M. Oranges, Edamame, Wheat Roll, Milk Snack: Apples, Sunbutter	Breakfast: French Toast, Peaches, Milk Lunch: Baked Ziti, Zucchini, Cantaloupe, Milk Snack: None
Breakfast: Bagels, Tropical Fruit, Milk Lunch: Fiesta Chicken Salad, Rice, Beans, Milk Snack: Carrots, Wheat Thins	Breakfast: Blueberry Muffins, Pears, Milk Lunch: Lasagna, California Veggies, Oranges, Milk Snack: Apples, Goldfish Crackers	Breakfast: Cereal, Raspberries, Milk Lunch: Bean & Cheese Burrito, Tossed Salad, Corn, Milk Snack: Yogurt, Mangoes	Breakfast: French Toast, Bananas, Milk Lunch: Macaroni & Cheese, Chicken, Peas, Strawberries, Milk Snack: Grapes, Soft Pretzel Bites	Breakfast: C. Cheese, Pineapple, Milk Lunch: Ham & Cheese Melt, Sweet Potato Fries, Cucumbers, Milk Snack: None

January					February					March					April					May				
6	7	8	9	10	3	4	5	6		2	3	4	5	6			1	2	3	4	5	6	7	8
13	14	15	16	17	10	11	12	13	14	9	10	11	12	13	16	17	18	19	20	13	14	15	16	17
	21	22	23	24		18	19	20	21	23	24	25			20	21	22	23	24	11	12	13	14	15
27	28	29	30		24	25	26	27	28	30	31				27	28	29	30		18	19	20	21	

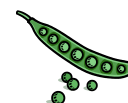


Mountainland Head Start, Inc. does not purchase or produce any items containing peanuts or tree nuts.

This institution is an equal opportunity provider.




Access this menu and contribute ideas at www.mountainlandheadstart.org




Mountainland Head Start, Inc.
Menú de Enero – Mayo 2020

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Desayuno: Cereal, Naranjas, Leche Almuerzo: Albóndigas con Arroz, Ejotes, Duraznos, Leche Bocadillo: Apio, Mantequilla de Girasol, Pasas	Desayuno: Palitos de torrijas, Peras, Leche Almuerzo: Pollo en crema de Alfredo, Brócoli, Manzanas, Leche Bocadillo: Yogur, Frambuesas	Desayuno: Bagel, Fruta Tropical, Leche Almuerzo: Sopa de Pollo y Elote, Queso en Tiras, Uvas, Pan de Trigo, Leche Bocadillo: Trocitos de Pan de Pita, Puré de Garbanzos	Desayuno: Avena, Moras Azules, Leche Almuerzo: Tacos, Lechuga y Tomate, Sandía, Leche Bocadillo: Zanahorias, Pretzels Crujientes	Desayuno: Pan de Trigo, Puré de Manzana, Leche Almuerzo: Salteado de Pollo con Verduras, Arroz, Naranjas, Leche Bocadillo: Ninguno
Desayuno: Muffin de Arándanos, Duraznos, Leche Almuerzo: Sándwich Tostado de Atún, Apio, Melón, Leche Bocadillo: Manzanas, Galletitas de Queso	Desayuno: Bagel, Peras, Leche Almuerzo: Spaghetti con Salsa Marinara, Calabazas, Chicharos, Leche Bocadillo: Cereal, Leche	Desayuno: Yogur, Mangos, Leche Almuerzo: Pollo al Teriyaki, Arroz, Zanahorias, Piña, Leche Bocadillo: Uvas, Galletitas Delgadas de Trigo	Desayuno: Cereal, Plátanos, Leche Almuerzo: Pavo, Pan de Trigo, Puré de papas, Fresas, Leche Bocadillo: Pepinos, Queso en Tiras	Desayuno: Avena, Frambuesas, Leche Almuerzo: Tostada de Pizza de Águila con Elote, Zanahorias, Lechuga, Leche Bocadillo: Ninguno
Desayuno: Palitos de torrijas, Puré de Manzana, Leche Almuerzo: Fideos con Pollo y Brócoli, Uvas, Leche Bocadillo: Requesón, Duraznos	Desayuno: Muffin de Arándanos, Mandarinas, Leche Almuerzo: Comida Hawaiana, Arroz, Chicharos, Piña, Leche Bocadillo: Peras, Trocitos de Pretzels Suaves	Desayuno: Yogur, Bayas, Leche Almuerzo: Pescado al Horno, Coliflor, Naranjas, Pan de Trigo, Leche Bocadillo: Trocitos de Pan de Pita, Puré de Garbanzos	Desayuno: Avena, Duraznos, Leche Almuerzo: Sándwich de Pavo y Queso, Sandía, Zanahorias, Leche Bocadillo: Apio, Queso en Tiras	Desayuno: Cereal, Fruta Tropical, Leche Almuerzo: Sopa de Macarrones con Queso, Manzanas, Leche Bocadillo: Ninguno
Desayuno: Muffin de Arándanos, Puré de Manzana, Leche Almuerzo: Pizza Hawaiana, Ensalada, Piña, Leche Bocadillo: Pepinos, Galletitas Delgadas de Trigo	Desayuno: Pan de Trigo, Naranjas, Leche Almuerzo: Quesadilla de Pollo, Elote, Ejotes, Leche Bocadillo: Requesón, Frambuesas	Desayuno: Yogur, Fresas, Leche Almuerzo: Sopa de Pollo y Fideos, Queso en Tiras, Uvas, Leche Bocadillo: Cereal, Leche	Desayuno: Avena, Plátanos, Leche Almuerzo: Ensalada de Pollo Asiático, Pan de Trigo, Mandarinas, Edamame, Leche Bocadillo: Manzanas, Mantequilla de Girasol	Desayuno: Palitos de torrijas, Duraznos, Leche Almuerzo: Pasta al Horno, Calabacín, Melón, Leche Bocadillo: Ninguno
Desayuno: Bagel, Fruta Tropical, Leche Almuerzo: Fiesta Ensalada de Pollo con Arroz y Frijoles, Leche Bocadillo: Zanahorias, Galletitas Delgadas de Trigo	Desayuno: Muffin de Arándanos, Peras, Leche Almuerzo: Lasaña, Mezcla de Verduras, Naranjas, Leche Bocadillo: Manzanas, Galletitas de Queso	Desayuno: Cereal, Frambuesas, Leche Almuerzo: Burrito de Queso y Frijoles, Ensalada, Elote, Leche Bocadillo: Yogur, Mangos	Desayuno: Palitos de torrijas, Plátanos, Leche Almuerzo: Macaroni con Queso, Pollo Asado, Chicharos, Fresas, Leche Bocadillo: Uvas, Trocitos de Pretzels Suaves	Desayuno: Requesón, Piña, Leche Almuerzo: Sándwich Tostado con Jamón y Queso, Papas de Camote, Pepinos, Leche Bocadillo: Ninguno

Enero					Febrero					Marzo					Abril					Mayo				
6	7	8	9	10	3	4	5	6		2	3	4	5	6			1	2	3					1
13	14	15	16	17	10	11	12	13	14	9	10	11	12	13	13	14	15	16	17	4	5	6	7	8
	21	22	23	24		18	19	20	21	16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	11	12	13	14	15
27	28	29	30		24	25	26	27	28	23	24	25			27	28	29	30		18	19	20	21	
										30	31													




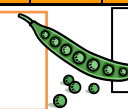
Nut Free



Mountainland Head Start, Inc. No compra ni cocina ningún tipo de comida que contenga cacahuates o nueces de árbol.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.





Puede tener acceso al menú en la página de internet www.mountainlandheadstart.org

