





Umatilla-Morrow Early Head Start Desayuno

Noviembre 2017

UMCHS es un Proveedor con Oportunidades de Igualdad.

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|--|---|--|
| <p>WW = Integral WG = Grano integral Para pequeños de 24-36 meses se sirve leche 1%, simple, y leche entera para bebés de 12-23 meses se les sirve leche entera, simple.</p> |  | <p>1 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y peras 12-36 me.: Pan tostado de multi-grano con crema de cacahuete o Sunbutter Moras y peras Leche</p> | <p>2 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Pan Bagel de grano integral Queso en crema de fresa, batido Plátano Leche</p> | <p>3 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Avena Rebanadas delgadas de naranja Leche</p> |
| <p>6 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Rollo de crema de cacahuete (tortilla de harina integral con capa delgada de crema de cacahuete) Rebanadas de plátano Leche</p> | <p>7 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Panques de jengibre Puré de manzana-caliente Leche</p> | <p>8 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y peras 12-36 me.: Cheerios Peras, picadas Leche</p> | <p>9 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Pan Bagel integral Crema de calabaza Naranja mandarina Leche</p> | <p>10</p> <p>Día Festivo</p>  |
| <p>13 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Pan Francés-tostado Puré de manzana-caliente Leche</p> | <p>14 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Cajita de pan Inglés integral Moras y plátano Leche</p> | <p>15 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y peras 12-36 me.: Chex (maíz o arroz) Uvas picadas Leche</p> | <p>16 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y durazno 12-36 me.: Cajita de pan de cosecha (zanahoria y manzana) Duraznos Leche</p> | <p>17 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Panques integrales Puré de manzana-caliente Leche</p> |
| <p>20 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Quesadilla (tortilla integral con queso derretido) Rajas delgadas de manzana sin cascara Leche</p> | <p>21 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y peras 12-36 me.: Pan de arándanos y naranja Naranja mandarina Leche</p> | <p>22 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Pan tostado con canela (canela encima de pan integral tostado) Uvas picadas Leche</p> | <p>23</p> <p>Día Festivo</p>  | <p>24</p> <p>Día Festivo</p>  |
| <p>27 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y peras 12-36 me.: Cereal Life Naranja mandarina Leche</p> | <p>28 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y plátano 12-36 me.: Barquillo de plátano para desayunar (yogur, plátano, fresas, piña molida) Cheerios Leche</p> | <p>29 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y puré de manzana 12-36 me.: Pan Francés tostado Puré de manzana-caliente Leche</p> | <p>30 8-11 me.: Leche materna o formula, cereal-infante y durazno 12-36 me.: Avena Duraznos Leche</p> | <p>* La fruta para bebés de 8-11 meses debe ser en puré o en pedazos chicos y suaves para agarrar con los dedos para comer</p> <p>**Modificar las texturas según sea necesario</p> |