



Umatilla-Morrow Head Start

Desayuno

Merienda para parte de día clases de tarde

Octubre 2017

Modificaciones en el Menú para Parte de Día Clases de tarde en letra Bastadilla

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Avena Moras y plátanos Leche <i>Avena o pan tostado integral Moras y plátanos Leche</i>	3 Pan de plátano Duraznos Leche	4 Quesadilla (tortilla, queso derretido) Uvas picadas Leche Día para ir Caminando o en Bicicleta a la Escuela	5 Barquillo de plátano para desayunar (yogur, plátano, fresas, pedacitos de piña, Cheerios para copo) Leche	6 Pan tostado de multi-grano con canela Arándanos azules (congelados, descongelados) Leche
9 Cajita de pan integral de calabaza Duraznos Leche	10 Huevos revueltos Queso rallado Rebanadas de naranja Tortilla integral Leche <i>Quesadilla de queso (tortilla integral y queso fundido) rebanadas-naranja Leche</i>	11 Cereal Cheerios Plátano Leche	12 Panecito 'Scones' de grano integral de limón Rebanadas de pera fresca	13 Junta de Todo El Personal
16 Licuado de yogur de durazno (yogur, plátano, durazno, jugo de naranja) Pan integral, tostado Leche	17 Panques de calabaza de castilla o Pumpkin Puré de manzana Leche <i>Galletas Ritz integrales Puré de manzana Leche</i>	18 Pan Bagel con arándanos azules, con queso en crema marca Neuchatel Piña Leche	19 Pan con arándanos rojos y naranja Peras y kiwi frescos Leche	20 Cereal Life Rebanadas de plátano Leche
23 Crema de cacahuete en tortilla integral, caliente Puré de manzana Leche	24 Chex de arroz Plátano Leche	25 Pan Ingles, integral Naranja mandarina Leche	26 Pan integral tostado, con canela Uvas picadas Leche	27 Cereal Kix Rebanadas de naranja Leche
30 Pan Bagel, integral con queso en crema rebajado en grasa Duraznos Leche	31 Avena Rebanadas de manzana Leche <i>Pan integral tostado o avena Rajas de manzana Leche</i>			UMCHS es un Proveedor con Oportunidades de Igualdad.