



Umatilla-Morrow Head Start Desayuno
Merienda para parte de día clases de tarde
Septiembre 2017

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	UMCHS es un Proveedor con Oportunidades de Igualdad.		Toda la leche que se sirve es simple, 1 %.	1
4 Día Festivo	5 Pan Bagel de grano integral con queso en crema-ligero Duraznos Leche	6 Licuado cremoso de yogur de durazno (yogur, plátano, durazno, jugo de naranja) Pan integral, tostado Leche	7 Panques de harina integral Puré de manzana Leche <i>Pan tostado Puré de manzana Leche</i>	8 Caritas de pan Ingles (pan ingles integral, crema de cacahuete, zanahoria rallada, uvas en cuartos y piña molida) Leche
11 Huevos revueltos Queso rallado Rajas de manzana Tortilla integral Leche <i>Quesadilla de queso (tortilla integral y queso derretido) Rajas de manzana Leche</i>	12 Cajita de pan de plátano de grano integral Mango y piña molida Leche	13 Crema de cacahuete en 1 tortilla integral Melón blanco-maduro, picado Leche	14 Panecitos esponjados Duraznos Leche <i>Galletas integrales Duraznos Leche</i>	15 Pan tostado, de grano integral Rajas de manzana Leche
18 Avena Naranja mandarina Leche	19 Cajita de pan de cosecha (de grano integral con manzana y zanahoria) Rebanadas de peras frescas Leche	20 Cereal Chex de grano integral (maíz o arroz) Melón-maduro, picado Leche	21 Panecito de limón y semillas de amapola, de grano integral Duraznos Leche	22 Cereal Cheerios de grano integral Rebanadas de plátano Leche
25 Cajita de pan Ingles de grano integral Duraznos Leche	26 Cereal Kix de grano integral Peras Leche	27 Licuado verde interesante (plátano, uvas, manzana, yogur, espinacas) Pan de grano integral, tostado Leche	28 Quesadilla (tortilla con queso derretido) Uvas picadas Leche	29 Cajita de pan de Calabaza Melón-maduro, picado Leche