

Head Start Menu

September 2024

Farm to School



MON	TUE	WED	THU	FRI
-----	-----	-----	-----	-----

 Labor Day - No School	BREAKFAST 2 French Toast Sticks w/Fruit Dip 🍳🌿 Pineapple	BREAKFAST 3 Reduced Sugar Cereal Peaches	BREAKFAST 4 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices	BREAKFAST 5 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices
	LUNCH Cheesy Garlic Bread w/Marinara 🍳🌿 Fresh Apple Slices Fresh Baby Carrots ★	LUNCH Pancakes & Sausage 🐷 Frozen Strawberry Cup Potato Rounds	LUNCH Chicken Tenders <i>Farm to School Nectarines</i> ★ Sweet Potato Fries	LUNCH Chili Cheese Nachos 🍳 Fresh Plum ★ Mixed Salad Greens ★
BREAKFAST 9 Pizza Bagel 🍷 Mixed Fruit	BREAKFAST 10 Egg & Cheese Biscuit 🍳🌿 Pineapple	BREAKFAST 11 Reduced Sugar Cereal Peaches	BREAKFAST 12 Muffin 🍷 Fresh Apple Slices	BREAKFAST 13 Mini Maple Pancakes 🍷 Variety Fruit
LUNCH Orange Chicken w/Rice 🍳 Fresh Apple Slices Calif. Mixed Vegetables	LUNCH Cheesy Breadsticks w/Marinara 🍳🌿 Fresh Orange Wedges ★ Fresh Baby Carrots ★	LUNCH Macaroni & Cheese 🍳🌿 Fresh Plum ★ Fresh Cucumber ★	LUNCH Boneless Chicken Wings Fresh Banana Green Beans	LUNCH Pepperoni Pizza Frozen Peach Cup Corn w/Tajin
BREAKFAST 16 French Toast Sticks w/Fruit Dip 🍳🌿 Mixed Fruit	BREAKFAST 17 Pizza Stick 🍷🐷 Pineapple	BREAKFAST 18 Reduced Sugar Cereal Peaches	BREAKFAST 19 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices	BREAKFAST 20 Chicken Biscuit Sandwich 🍳 Variety Fruit
LUNCH BBQ Turkey Sandwich Fresh Apple Slices BBQ Baked Beans 🍳	LUNCH Kickin' Tenders w/Roll 🌿 Fresh Orange Wedges ★ Mixed Vegetables	LUNCH Chicken Sandwich Fresh Banana Lettuce ★ & Pickle Cup	LUNCH Spaghetti w/Meatballs 🍳 <i>Farm to School Peaches</i> ★ Fresh Baby Carrots ★	LUNCH Chili Cheese Nachos 🍳 Frozen Strawberry Cup Corn w/Tajin
BREAKFAST 23 Blueberry Waffle 🍷 Mixed Fruit	BREAKFAST 24 Egg & Cheese Croissant 🍳🌿 Pineapple	BREAKFAST 25 Reduced Sugar Cereal Peaches	BREAKFAST 26 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices	BREAKFAST 27 Reduced Sugar Cereal Variety Fruit
LUNCH Chicken Nuggets Fresh Apple Slices Potato Rounds	LUNCH Breaded Cheese Ravioli w/Marinara 🍳🌿 Fresh Orange Wedges ★ Fresh Baby Carrots ★	LUNCH Chicken Chow Mein 🍳 Frozen Strawberry Cup Mixed Vegetables	LUNCH Grilled Cheese Sandwich 🍷 Fresh Banana Green Beans	LUNCH Pepperoni Pizza Frozen Peach Cup Southwest Black Beans 🍳 w/Cheese
BREAKFAST 30 Cinnamon Waffle 🍷 Mixed Fruit				
LUNCH Teriyaki Chicken w/Rice 🍳 Fresh Apple Slices Fresh Baby Carrots ★				

ITEMS OF THE MONTH:
CALIFORNIA PEACHES & NECTARINES

Key

-  House-Made
-  Locally-Grown/Sourced
-  Vegetarian Entrees
-  Vegan Entrees
All fruits, fresh vegetables, & cereals are vegan.
-  Contains Pork
-  All grains are whole-grain rich
-  New Item

MENUS ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE.



Children in Early Head Start classrooms will receive tortillas instead of nacho chips, cooked vegetables instead of raw vegetables and soft or canned fruits instead of fresh whole fruits, as appropriate.

OFFERED DAILY

BREAKFAST & LUNCH:
 Low-Fat White Milk

Head Start Menu

septiembre 2024

Farm to School



ARTÍCULOS DEL MES
**DURAZNOS Y
NECTARINAS
DE CALIFORNIA**

Clave



Hecho en casa



Hecho localmenta/de origen



Entradas vegetarianas



Entradas veganas

Todas las frutas, verduras frescas y cereales son veganos



Contiene carne de cerdo



Todos los granos son ricos en granos integrales



Artículo de nuevo

LOS MENÚS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS SIN AVISO



Escanea el código QR para obtener más información del menú.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p> Día laboral - No escuela</p> <p>DESAYUNO 2 Bagel de pizza Fruta mezclada</p> <p>ALMUERZO Pollo a la naranja con arroz integral Rodajas de manzana fresca Verduras mixtas de Calif.</p> <p>DESAYUNO 9 Palitos de pan francés con salsa de frutas Fruta mezclada</p> <p>ALMUERZO Sándwich de pavo a la barbacoa Rodajas de manzana fresca Frijoles al horno a la barbacoa</p> <p>DESAYUNO 16 Palitos de pan francés con salsa de frutas Fruta mezclada</p> <p>ALMUERZO Kickin' Tiras con rollo Gajos de naranja fresca Verduras mixtas</p> <p>DESAYUNO 23 Waffle de arándanos azules Fruta mezclada</p> <p>ALMUERZO Nuggets de pollo Rodajas de manzana fresca Rodajas de papa</p> <p>DESAYUNO 30 Waffle de canela Fruta mezclada</p> <p>ALMUERZO Pollo teriyaki con arroz integral Rodajas de manzana fresca Zanahorias frescas</p>	<p>DESAYUNO 3 Palitos de pan francés con salsa de frutas Piña</p> <p>ALMUERZO Pan de ajo con queso y marinara Rodajas de manzana fresca Zanahorias frescas</p> <p>DESAYUNO 10 Sandwich de biscuit con huevo y queso Piña</p> <p>ALMUERZO Palitos de pan con queso y marinara Gajos de naranja fresca Zanahorias frescas</p> <p>DESAYUNO 17 Palito de pizza Piña</p> <p>ALMUERZO Kickin' Tiras con rollo Gajos de naranja fresca Verduras mixtas</p> <p>DESAYUNO 24 Cruasán con huevo y queso Piña</p> <p>ALMUERZO Ravioles de queso empanados con marinara Gajos de naranja fresca Zanahorias frescas</p>	<p>DESAYUNO 4 Cereal reducido en azúcar Duraznos</p> <p>ALMUERZO Panqueques y salchicha Taza de fresas congeladas Rodajas de papa</p> <p>DESAYUNO 11 Cereal reducido en azúcar Duraznos</p> <p>ALMUERZO Macarrones con queso Ciruela fresca Pepino fresco</p> <p>DESAYUNO 18 Cereal reducido en azúcar Duraznos</p> <p>ALMUERZO Sándwich de pollo Plátano fresco Lechuga y encurtidos</p> <p>DESAYUNO 25 Cereal reducido en azúcar Duraznos</p> <p>ALMUERZO Chow Mein de pollo Taza de fresas congeladas Verduras mixtas</p>	<p>DESAYUNO 5 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca</p> <p>ALMUERZO Tiras de pollo Nectarina de la granja a la escuela Patatas fritas de camote</p> <p>DESAYUNO 12 Mollete Rodajas de manzana fresca</p> <p>ALMUERZO Alitas de pollo deshuesadas Plátano fresco Ejotes</p> <p>DESAYUNO 19 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca</p> <p>ALMUERZO Espagueti con albóndigas Duraznos de la granja a la escuela Zanahorias frescas</p> <p>DESAYUNO 26 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca</p> <p>ALMUERZO Sándwich de queso a la plancha Plátano fresco Ejotes</p>	<p>DESAYUNO 6 Bagel con queso crema Variedad de frutas</p> <p>ALMUERZO Nachos de queso y chili Ciruela fresca Ensalada mixta</p> <p>DESAYUNO 13 Mini panqueques de arco Fruta variada</p> <p>ALMUERZO Pizza de pepperoni Taza de durazno congelado Maíz con Tajín</p> <p>DESAYUNO 20 Sandwich de Biscuit con pollo Variedad de frutas</p> <p>ALMUERZO Nachos de queso y chile Vaso de fresa congelado Maíz con Tajín</p> <p>DESAYUNO 27 Cereal reducido en azúcar Variedad de frutas</p> <p>ALMUERZO Pizza de pepperoni Taza de durazno congelado Frijoles negros con queso</p>

ofrecido cada día

DESAYUNO & ALMUERZO

leche blanca baja en grasa

Los niños en las aulas de Early Head Start recibirán tortillas en lugar de totopos de maíz con salsa de queso, vegetales cocidos en lugar de vegetales crudos y frutas blandas o enlatadas en lugar de frutas enteras frescas, según corresponda.