

Head Start Menu

March 2025

Farm to School



ITEMS OF THE MONTH:
**SUGAR SNAP PEAS,
SUMO TANGERINES,
& STRAWBERRIES**

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

Scan QR code for more information menu

MON	TUE	WED	THU	FRI
NATIONAL SCHOOL BREAKFAST & READ ACROSS AMERICA WEEK MARCH 3-7				
BREAKFAST 3 Blueberry Waffle Mixed Fruit LUNCH Chicken Nuggets Fresh Apple Slices Southwest Black Beans w/Cheese BREAKFAST 10 Cinnamon Waffle Mixed Fruit LUNCH Teriyaki Chicken w/Rice Fresh Apple Slices Fresh Baby Carrots BREAKFAST 17 Pizza Bagel Mixed Fruit LUNCH Orange Chicken w/Rice Fresh Apple Slices Green Beans BREAKFAST 24 French Toast Sticks w/Fruit Dip Mixed Fruit LUNCH Bean & Cheese Burrito Fresh Apple Slices BBQ Baked Beans BREAKFAST 31 Blueberry Waffle Mixed Fruit LUNCH Beef & Bean Burrito Fresh Apple Slices Potato Rounds	BREAKFAST 4 Egg & Cheese Croissant Pineapple LUNCH Hamburger Fresh Orange Wedges Lettuce & Pickle Cup BREAKFAST 11 Egg, Cheese & Turkey Sausage Breakfast Burrito Pineapple LUNCH Chicken & Cheese Taquitos Farm to School Sumo Tangerines Mixed Salad Greens BREAKFAST 18 Egg & Cheese Biscuit Pineapple LUNCH Cheesy Breadsticks w/Marinara Fresh Orange Wedges Fresh Baby Carrots BREAKFAST 25 Pizza Stick Pineapple LUNCH Beef Tacos Fresh Orange Wedges Shredded Lettuce	BREAKFAST 5 Reduced Sugar Cereal Peaches LUNCH Pancakes & Sausage Pineapple Potato Rounds BREAKFAST 12 Reduced Sugar Cereal Peaches LUNCH Cheese Quesadilla Applesauce Cup Sweet Potato Fries BREAKFAST 19 Reduced Sugar Cereal Peaches LUNCH Macaroni & Cheese Fresh Banana Fresh Cucumber BREAKFAST 26 Reduced Sugar Cereal Peaches LUNCH Chicken Sandwich Fresh Banana Lettuce & Pickle Cup	BREAKFAST 6 Reduced Sugar Cereal Applesauce Cup LUNCH Chicken Chow Mein Fresh Banana Farm to School Mixed Salad BREAKFAST 13 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices LUNCH Southwest Bean Burger Fresh Banana Lettuce & Pickle Cup BREAKFAST 20 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices LUNCH Boneless Chicken Wings Farm to School Fresh Strawberries Green Beans BREAKFAST 27 Reduced Sugar Cereal Fresh Apple Slices LUNCH Spaghetti w/Meatballs Farm to School Fresh Strawberries Fresh Baby Carrots	BREAKFAST 7 Reduced Sugar Cereal Variety Fruit LUNCH Pepperoni Pizza Frozen Peach Cup Mixed Vegetables BREAKFAST 14 Bagel w/Cream Cheese Variety Fruit LUNCH Chili Cheese Nachos Frozen Strawberry Cup Mixed Vegetables BREAKFAST 21 Mini Maple Pancakes Variety Fruit LUNCH Pepperoni Pizza Frozen Peach Cup Corn w/Tajin BREAKFAST 28 Chicken Biscuit Sandwich Variety Fruit LUNCH Chili Cheese Nachos Frozen Strawberry Cup Corn w/Tajin

OFFERED DAILY

BREAKFAST & LUNCH:

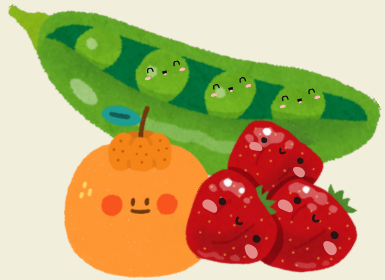
Low-Fat White Milk

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.

Head Start Menu

marzo 2025

Farm to School



ARTICULOS DEL MES:
GUISANTES CRUJIENTES,
TANGARINAS SUMO,
Y FRESAS

Clave



Hecho en casa



Hecho localmenta/de
origen



Vegetarian Entrees



Entradas Vegano
Todas las frutas, verduras y
cereales son vegano



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
SEMANA DE NACIONAL DEL DESAYUNO ESCOLAR Y DE LEER EN TODA AMÉRICA MARZO 3-7				
DESAYUNO 3 Waffle de arándanos azules Fruta mezclada ALMUERZO Nuggets de pollo Rodajas de manzana fresca Frijoles negros con queso	DESAYUNO 4 Cruasán con huevo y queso Piña ALMUERZO Hamburguesa Gajos de naranja fresca Lechuga y encurtidos	DESAYUNO 5 Cereal reducido en azúcar Duraznos ALMUERZO Panqueques y salchicha Piña Rodajas de papa	DESAYUNO 6 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca ALMUERZO Chow Mein de pollo Plátano fresco Ensalada Mixta de la granja a la escuela	DESAYUNO 7 Cereal reducido en azúcar Variedad de frutas ALMUERZO Pizza de pepperoni Taza de durazno congelado Verduras mixtas
DESAYUNO 10 Waffle de canela Fruta mezclada ALMUERZO Pollo teriyaki con arroz integral Rodajas de manzana fresca Zanahorias frescas	DESAYUNO 11 Burrito de desayuno con huevo, queso y salchicha de pavo Piña ALMUERZO Taquitos de pollo y queso Tangarinas Sumo de la granja a la escuela Ensalada mixta	DESAYUNO 12 Cereal reducido en azúcar Duraznos ALMUERZO Quesadilla de queso Taza de puré de manzana Patatas fritas de camote	DESAYUNO 13 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca ALMUERZO Hamburguesa de frijoles del suroeste Plátano fresco Lechuga y encurtidos	DESAYUNO 14 Bagel con queso crema Variedad de frutas ALMUERZO Nachos de queso y chile Taza de fresas congeladas Verduras mixtas
DESAYUNO 17 Bagel de pizza Fruta mezclada ALMUERZO Pollo a la naranja con arroz integral Rodajas de manzana fresca Ejotes	DESAYUNO 18 Galleta de huevo y queso Piña ALMUERZO Palitos de pan con queso y marinara Gajos de naranja fresca Zanahorias frescas	DESAYUNO 19 Cereal reducido en azúcar Duraznos ALMUERZO Macarrones con queso Plátano fresco Pepino fresco	DESAYUNO 20 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca ALMUERZO Alitas de pollo deshuesadas Fresas frescas de la granja a la escuela Ejotes	DESAYUNO 21 Mini panqueques de arce Variedad de frutas ALMUERZO Pizza de pepperoni Taza de durazno congelado Maíz con Tajín
DESAYUNO 24 Palitos de pan francés con salsa de frutas Fruta mezclada ALMUERZO Burrito de frijoles y queso Rodajas de manzana fresca Frijoles al horno a la barbacoa	DESAYUNO 25 Palito de pizza Piña ALMUERZO Taco de res Gajos de naranja fresca Lechuga rallada	DESAYUNO 26 Cereal reducido en azúcar Duraznos ALMUERZO Sándwich de pollo Plátano fresco Lechuga y encurtidos	DESAYUNO 27 Cereal reducido en azúcar Rodajas de manzana fresca ALMUERZO Espagueti con albóndigas Fresas frescas de la granja a la escuela Zanahorias frescas	DESAYUNO 28 Sandwich de biscuit con pollo Variedad de frutas ALMUERZO Nachos de queso y chile Taza de fresas congeladas Maíz con Tajín
DESAYUNO 31 Waffle de arándanos azules Fruta mezclada ALMUERZO Burrito de carne y frijoles Rodajas de manzana fresca Rodajas de papa				

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.

ofrecido cada día

DESAYUNO & ALMUERZO

leche blanca baja en grasa