











Food Prep Center – BREAKFAST MENU – MAY 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3. WG Blueberry Muffin 1.9 oz. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	4. Corn Flakes Cereal ¾ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	5. Scrambled eggs w/cheese & Bacon 1.3 oz. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6 oz.	6. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	7. WG Pancake 1 ea. Strawberry Yogurt 4 oz. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
10. WG Blueberry Muffin 1.9 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	11. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	12. Corn Flakes Cereal ¾ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	13. WG Waffle 1 ea. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	14. WG Tasty O's Cereal ¾ c. Applesauce ½ c. 1% White Milk 6 oz.
17. WG Blueberry Muffin 1.9 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	18. WG Waffle 1 ea. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	19. Corn Flakes Cereal ¾ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	20. Cooking Exper. Pg. 22 Apples 1 ea. Banana ½ ea. Lettuce leaf 1 ea. Pancake 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	21. WG Tasty O's Cereal ¾ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.
24. WG Blueberry Muffin 1.9 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	25. WG Waffle Stick 2 ea. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	26. Corn Flakes Cereal ¾ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	27. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 Applesauce ½ c. 1% White Milk 6 oz.	28. Staff In-Service
31. 				






Head Start - PM SNACK MENU – MAY 2021

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3. Chili Beans 2 oz. Assorted Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz	4. Pancakes 1 ea. or 35 g. Frozen Strawberries ½ c. Water	5. Mini Bagel 1 ea. or 1.5 oz. Cream Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	6. Quesadilla ½ ea. or 22.5 g. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	7. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz
10. Pancakes 1 ea. or 35 g. 1% White Milk ½ c. or 4 oz	11. Hi Ho Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	12. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	13. Whl. Wht. Toast Bread ½ sl. Butter .1 oz. Banana ½ c. Water	14. Hard Boiled Egg ½ ea. Assorted Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.
17. Hi Ho Crackers .5 oz. Sliced Apple ½ c. Water	18. Mini Bagel 1 ea. or 1.5 oz. Cream Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	19. Assorted Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	20. Cooking Exper. Pg. 22 Apples 1 ea. Banana ½ ea. Lettuce leaf 1 ea. Pancake 1 ea. or 35 g. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	21. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.
24. Assorted Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	25. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	26. Quesadilla ½ ea. or 22.5 g. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	27. Mini Bagel 1 ea. or 1.5 oz. Cream Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	28. Staff In-Service
31 				






Use up emergency food supplies: grain is cereals, breads, tortillas. Use up canned foods, Use up all your Milk even on days of water. All breads & Cereals are WG-Whole Grain. Please cut up all fresh fruit. All 1% White Milk is unflavored. CSPP – California State Preschool Program. All day classes do PM cooking experience on 5-20-2021.

All day classes Breakfast is Cheerios Cereal ¾ c., Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz. Purchase all including 1 gal.

FPC – MENÚ DEL DESAYUNO – mayo 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. Panecillo de moras GE Durazno en cubitos Leche blanca 1%	4. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	5. Huevos revueltos con queso y tocino Pera en cubitos Leche blanca 1%	6. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	7. Panqueques GE Yogur de fresas Fruta Tropical Leche blanca 1%
10. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	11. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	12. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	13. Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	14. Cereal Tasty O's GE Puré de manzana Leche blanca 1%
17. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	18. Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	19. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	20. Exp. de cocinar pg. 22 Manzana Plátano Lechuga Panqueques Leche blanca 1%	21. Cereal Tasty O's GE Trocitos de piña Leche blanca 1%
24. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	25 Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	26. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	27. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Puré de manzana Leche blanca 1%	28. Staff In-Service
31. 				

Head Start - MENÚ DE BOCADILLOS PM – mayo 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. Frijoles chili Surtido Galletas Leche blanca 1%	4. Panqueques Fresas congeladas Agua	5. Pan en la rosquilla Queso crema Leche blanca 1%	6. Quesadillas Leche blanca 1%	7. Galletas de miel Leche blanca 1%
10. Panqueques Leche blanca 1%	11. Galletas Hi Ho Leche blanca 1%	12. Galletas de miel Leche blanca 1%	13. Pan tostado de trigo Mantequera Plátano agua	14. Huevo cocido Surtido de Galletas Leche blanca 1%
17. Galletas Hi Ho Tiras de manzana Agua	18. Pan en la rosquilla Queso crema Leche blanca 1%	19. Surtido Galletas Leche blanca 1%	20. Exp. de cocinar pg.22 Manzana Plátano Lechuga Panqueques Leche blanca 1%	21. Galletas de miel Leche blanca 1%
24. Surtido Galletas Leche blanca 1%	25. Galletas de miel Leche blanca 1%	26. Quesadillas Leche blanca 1%	27. Pan en la rosquilla Queso crema Leche blanca 1%	28. Staff In-Service
31. 				

Todos los panes y cereales son de Grano Entero: GE. Favor de cortar toda la fruta fresca. Toda la leche 1% no tiene sabores agregados. CSPP – clases del programa Prescolar del Estado de California. Las clases de día completo hacen la experiencia de cocinar PM el 20 Mayo de 2021 – El desayuno de las clases de día completo es Cereal Cheerios ¾ tz. y ½ tz de fruta tropical. 6 oz de leche blanca 1%. Compre todo incluyendo 1 gal de leche blanca 1%.

