









Fresno EOC  
Head Start  
0 to 5

Early Care  
&  
Education

**Food Prep Center – BREAKFAST MENU – JULY 2021**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			1. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 ea. Applesauce ½ c. 1% White Milk 6 oz.	2. WG Tasty O's Cereal 1 bowl Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.
5. Holiday	6. WG Waffle Sticks 2 ea. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	7. Sausage Patty 1 ea. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	8. Krispy Rice Cereal 1 bowl Applesauce ½ c. 1% White Milk 6 oz.	9. WG Tasty O's Cereal ¾ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
12. WG Blueberry Muffin 1.8 oz. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	13. Scrambled eggs w/cheese & bacon 1.3 oz. or ¼ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6 oz.	14. Corn Flakes Cereal 1 bowl Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	15. cooking exper. Pg. 72 Cantaloupe ½ c. Watermelon ½ c. Pancake 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	16. WG Pancake 1 ea. Strawberry Yogurt 4 oz. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
19. WG Blueberry Muffin 1.8 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	20. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 ea. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	21. Corn Flakes Cereal 1 bowl Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	22. WG Waffle 1 ea. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	23. WG Tasty O's Cereal 1 bowl Applesauce ½ c. 1% White Milk 6 oz.
26. WG Blueberry Muffin 1.8 oz. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	27. WG Waffle 1 ea. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	28. Corn Flakes Cereal 1 bowl Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	29. WG English Muffin ½ ea. Strawberry Cream Cheese 1 ea. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6 oz.	30. WG Tasty O's Cereal 1 bowl Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.

**Head Start - PM SNACK MENU – JULY 2021**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			1. Pancakes 1 ea. or 1 oz. Frozen Strawberries ½ c. Water	2. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.
5. Holiday	6. Hi Ho Crackers .5 oz. Orange Wedges ½ c. Water	7. Pancakes 1 ea. or 1 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	8. Cheerios Cereal ½ c. or .5 oz. Banana ½ c. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	9. Cheddar Gold Fish Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.
12. Hi Ho Crackers .5 oz. Apple Wedges ½ c. Water	13. Kix Cereal ¾ c. or .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	14. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	15. cooking exper. Pg. 72 Cantaloupe ½ c. Watermelon ½ c. Hi Ho Crackers .5 oz. 1% White Milk 6 oz.	16. Assorted Crackers .5 oz. Diced Peaches ½ c. Water
19. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	20. Assorted Crackers .5 oz. Cheddar Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	21. Quesadilla ½ ea. or .5 oz. Orange Wedges ½ c. Water	22. Hi Ho Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	23. Pancakes 1 ea. or 35 g. Frozen Strawberries ½ c. Water
26. Graham Crackers .5 oz. Honeydew chunks ½ c. Water	27. Quesadilla ½ ea. or .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	28. Hi Ho Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	29. Chex Cereal ½ c. or .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	30. WG Tortilla ½ ea. or .5 oz. Refried beans .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.

All Breakfast Cereal Bowls from FPC are one each. Use up all your Milk even on days of water for PM snack if you need to.  
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 7-15-2021

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

This Institution is an Equal Opportunity provider.



wash your hands often



Fresno EOC  
Head Start  
0 to 5

Early Care  
&  
Education

### FPC – MENÚ DEL DESAYUNO – julio 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1. Panecillo ingles GE Queso crema Puré de manzana Leche blanca 1%	2. Cereal Tasty O's GE Trocitos de piña Leche blanca 1%
5. Día festivo	6. Waffles GE Durazno en cubitos Leche blanca 1%	7. Filete de salchicha de puerco Trocitos de piña Leche blanca 1%	8. Cereal Krispy Rice Puré de manzana Leche blanca 1%	9. Cereal Tasty O's GE Fruta Tropical Leche blanca 1%
12. Panecillo de moras GE Durazno en cubitos Leche blanca 1%	13. Huevos revueltos con queso y tocino Pera en cubitos Leche blanca 1%	14. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	15. Exp. de cocinar pg. 72 Melón Watermelon Panquesques Leche blanca 1%	16. Panqueques GE Yogur de fresas Fruta Tropical Leche blanca 1%
19. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	20. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	21. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	22. Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	23. Cereal Tasty O's GE Puré de manzana Leche blanca 1%
26. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	27. Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	28. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	29. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Durazno en cubitos Leche blanca 1%	30. Cereal Tasty O's GE Trocitos de piña Leche blanca 1%

### Head Start - MENÚ DE BOCADILLOS PM – julio 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1. Panqueques Fresas congeladas Agua	2. Galletas de miel Leche blanca 1%
5. Día festivo	6. Galletas Hi Ho Rebanadas de naranja Agua	7. Panqueques Leche blanca 1%	8. Cereal Che eríos Plátano Leche blanca 1%	9. Galletas de queso Leche blanca 1%
12. Galletas Hi Ho Rebanadas de manzana Agua	13. Cereal Kix Leche blanca 1%	14. Galletas de miel Leche blanca 1%	15. Exp. de cocinar pg. 72 Melón Watermelon Galletas Hi Ho Leche blanca 1%	16. Surtido Galletas Durazno en cubitos Agua
19. Galletas de miel Leche blanca 1%	20. Surtido Galletas Queso Cheddar Leche blanca 1%	21. Quesadillas Rebanadas de naranja Agua	22. Galletas Hi Ho Leche blanca 1%	23. Panqueques Fresas congeladas Agua
26. Galletas de miel Melón dulce Agua	27. Quesadilla Leche blanca 1%	28. Galletas Hi Ho Leche blanca 1%	29. Cereal de Chex Leche blanca 1%	30. Frejoles Tortillas GE Leche blanca 1%

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 15 julio 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%.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



limpiarse las manos