













Food Prep Center – BREAKFAST MENU – January 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3. CSPP WGBlueberry Muffin 1.8oz Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.	4. CSPP WEnglish Muffin 1/2ea Strawberry Cream Cheese 1ea. Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.	5. CSPP Cornflakes Cereal Bowl 1ea Apricots 1/2c. 1% White Milk 6oz.	6. CSPP WGWaffle 1ea Tropical Fruit 1/2c. 1% White Milk 6oz.	7. CSPP WGTasty O's Cereal Bowl 1ea Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.
10. WGBlueberry Muffin 1.8oz Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.	11. WEnglish Muffin 1/2ea Strawberry Cream Cheese 1ea. Diced Peaches 1/2c. 1% White Milk 6oz.	12. Cornflakes Cereal Bowl 1ea Apricots 1/2c. 1% White Milk 6oz.	13. WGWaffle 1ea Tropical Fruit 1/2c. 1% White Milk 6oz.	14. WGTasty O's Cereal Bowl 1ea Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.
17. 	18. WGWaffle 1ea Tropical Fruit 1/2c. 1% White Milk 6oz.	19. Cornflakes Cereal Bowl 1ea Apricots 1/2c. 1% White Milk 6oz.	20. WEnglish Muffin 1/2ea Strawberry Cream Cheese 1ea. Applesauce 1/2c. 1% White Milk 6oz.	21. WGTasty O's Cereal Bowl 1ea Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.
24. WGBlueberry Muffin 1.8oz Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.	25. WGWaffle Stick 2ea Mixed Fruit 1/2c. 1% White Milk 6oz.	26. Sausage Patty 1ea. Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.	27. Krispy Rice Cereal Bowl 1ea Applesauce 1/2c. 1% White Milk 6oz.	28. WGTasty O's Cereal Bowl 1ea Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.
31. WGBlueberry Muffin 1.8oz Applesauce 1/2c. 1% White Milk 6oz.				

Head Start - PM SNACK MENU – January 2022

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3. CSPP Kix Cereal 1 oz. or ½ c. 1% White Milk ½ c.	4. CSPP Quesadilla ½ ea. or 22.5 g. Water	5. CSPP Mini Bagel 1 ea. or 1.5 oz. Cream Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	6. CSPP Pancakes 1 ea. or 35 g. Frozen Strawberries ½ c. Water	7. CSPP Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.
10. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	11. Hi Ho Crackers .5 oz. Cheddar Cheese Water	12. Pancakes 1 ea. or 35 g. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	13. Cheerios Cereal ½ c. or 1 oz. Banana ½ c. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	14. Hard Boiled Egg ½ ea. Assorted Crackers .5 oz. Water
17. 	18. Bean & Cheese Burrito 1 ea. Water	19. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	20. Cooking Exper. Pg. 29 Eggs 1 ea. Cheddar Cheese .5 oz. Whl Wht Bread Toast ½ sl. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	21. Mini Bagel 1 ea. or 1.5 oz. Cream Cheese .5 oz. Cantaloupe slice ½ c. Water
24. Graham Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	25. Assorted Crackers .5 oz. Cheddar Cheese .5 oz. 1% White Milk ½ c or 4 oz.	26. Quesadilla ½ ea. or 22.5 g. Orange slices ½ c. Water	27. Hi Ho Crackers .5 oz. 1% White Milk ½ c. or 4 oz.	28. Pancakes 1 ea. or 35 g. Frozen Strawberries ½ c. Water
31. Mini Bagels 1 ea. Cream Cheese 1 oz. Water				

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.

This Institution is an Equal Opportunity provider.










Fresno EOC
Head Start
0 to 5

Early Care
&
Education

FPC – MENÚ DEL DESAYUNO – Enero 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. CSPP Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	4. CSPP Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Pera en cubitos Leche blanca 1%	5. CSPP Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	6. CSPP Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	7. CSPP Cereal Tasty O's GE Trocitos de piña Leche blanca 1%
10. Panecillo de moras GE Trocitos de piña Leche blanca 1%	11. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Pera 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 Trocitos de piña Leche blanca 1%
17.  Panecillo de moras GE Puré de manzana Leche blanca 1%	18. Waffle GE Fruta Tropical Leche blanca 1%	19. Cereal Hojuelas de maíz Chabacanos Leche blanca 1%	20. Panecillo ingles GE Queso crema de fresas Puré de manzana 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 Mezcla de fruta Leche blanca 1%	26. Salchicha para desayuno Cubitos de durazno Leche blanca 1%	27. Cereal Krispy Rice Puré de manzana Leche blanca 1%	28. Cereal Tasty O's GE Trocitos de piña Leche blanca 1%
31. Panecillo de moras GE Puré de manzana Leche blanca 1%				

Head Start - MENÚ DE BOCADILLOS PM – Enero 2022

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. CSPP Cereal Kix Leche blanca 1%	4. CSPP Quesadillas Leche blanca 1%	5. CSPP Pan en la rosquilla Queso crema Leche blanca 1%	6. CSPP Panqueques Fresas congeladas Agua	7. CSPP Galletas de miel Leche blanca 1%
10. Galletas de miel Leche blanca 1%	11. Galletas Hi Ho Queso Cheddar Leche blanca 1%	12. Panqueques Leche blanca 1%	13. Cereal Che eríos Plátano Leche blanca 1%	14. Huevo cocido Surtido de Galletas Leche blanca 1%
17.  Pan en la rosquilla Queso crema Leche blanca 1%	18. Burrito de Frijoles y queso Leche blanca 1%	19. Galletas de miel Leche blanca 1%	20. Exp. de cocinar pg.29 Huevos y queso Pan de trigo tostado Leche blanca 1%	21. Pan en la rosquilla Queso crema Melón Agua
24. Galletas de miel Leche blanca 1%	25. Surtido Galletas Queso Cheddar Leche blanca 1%	26. Quesadillas Rebanadas de naranja Agua	27. Galletas Hi Ho Leche blanca 1%	28. Panqueques Fresas congeladas Agua
31. Pan en la rosquilla Queso crema 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 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%.

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

