



Fresno EOC
Head Start
0 to 5

Early Care
&
Education



LUNCH MENU – APRIL 2023

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3. Bk Chicken Drum. 1ea Whl. Wht Bread 1 sl. Broccoli 1/4c Orange (138ct) 1ea. 1% White Milk 6oz.	4. Beef Meatloaf w/grv 1ea. Deluxe Mashed Potatoes ¼ c. Whole Wheat Bread 1 sl. Apricots ½ c 1% White Milk 6oz.	5. Whl Grain Chicken Bowtie w/pesto sauce ¾ c. Jicama Sticks ½ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.	6. Beef Patty 1ea On Whole Wheat Bun 1 ea. Shredded Lettuce ¼ c Cheese 1 sl. Potato Salad ¼ C Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.	7. WG Vegetarian Enchilada Casserole 3/4c. Toss Sld w/carrot 1/2cup Pineapple Tidbits 1/2c. 1% White Milk 6oz.
10. Chinese Chicken Stir Fry 3/4 cup WG Brown Rice 1/2c Diced Pears 1/2c. 1% White Milk 6oz.	11. Cheesy Pasta Casserole ¾ c. Italian Veg.1/4 c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.	12. Beef Patty 1ea On Whole Wheat Bun 1 ea. Shredded Lettuce ¼ c Cheese 1 sl. Potato Salad ¼ C Sliced Apple 2oz. 1pk 1% White Milk 6oz.	13. Chicken Fajita 3oz. w/ BBQ sauce on Bun 1ea. Broccoli ¼ c. Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.	14. Vegetable Chili ¾ c. WW Bread 1 sl. Toss Sld w/carrot ½ c Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6oz.
17. Chicken Meatballs 2ea. w/gravy 1 oz Whl Wht Dinner Roll 1 ea. Broccoli 1/4c Orange (138ct) 1ea. 1% White Milk 6oz.	18. Turkey breast 6 sl. w/ chz on WW Brd 1 sl. Baby Carrots 2.6oz pkt Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.	19. WGBean & Cheese burrito 1 ea. Jimana Sticks ½ c. Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.	20. Bk Chicken Drum. 1ea Whole Wheat Dinner Roll 1 ea. Steamed carrots sliced ¼ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6oz.	21. Spaghetti w/ meatsauce, bellpepper&mushrm ¾ c. Hi C Sldw/Romain ½ c Applesauce ½ c. 1% White Milk 6oz.
24. Beef Salisbury Steak 1ea. W/ gravy 1 oz Whl. Wht. Dinner Roll 1 ea. Broccoli ¼ c Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.	25. Build Your Own Chicken Wrap WG 6" Flour Tortilla 1 ea Chkn Fajita 3oz. Shred. Cheese ½ oz. Shredded Lettuce ½ c. Diced Pears ½ c. 1% White Milk 6oz.	26. Mac & Cheese w/ Beef Crumble ¾ c. Toss Sld w/carrot ½ c Apricots ½ c. 1% White Milk 6oz	27. Turkey Ham6sl & Chz 1sl Whl Wht. Bread 1 sl. Baby Carrots 2.6 oz Mixed Fruit ½ c. 1% White Milk 6oz.	28. BBQ Pork Rib-B-Q Sand. On Whl Wht Bun 1 ea. Coleslaw ¼ c. Diced Peaches ½ c. 1% White Milk 6oz.

This institution is an equal opportunity provider.



Plants need clean water



Care for California



Put fresh on your plate



is everyday





Fresno EOC
Head Start
0 to 5

Early Care
&
Education

Menú de Almuerzo – abril 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3. Muslo de pollo Bolillo de trigo integral Brocoli Naranja Leche blanca 1%.	4. Pastel de carne de ternera con salsa Pure de papas Pan Intregal Albaricoques Leche blanca 1%.	5. Pajarita de pollo integral con salsa pesto palitos de jícama Pera en cubitos Leche blanca 1%.	6. Filete de Res en un Pan de trigo integral lechuga picada queso ensalada de papas fruta mezclada Leche blanca 1%.	7. Enchilada Vegetariana WG Cazuela Ensalada con zanahorias Trocitos de piña Leche blanca 1%.
10. Sofrito de pollo estilo chino Arroz GE Pera en cubitos Leche blanca 1%.	11. Cazuela de pasta con queso Verdura italiana Duranzos cortados Leche blanca 1%.	12. Filete de Res en un Pan de trigo integral lechuga picada queso ensalada de papas rodajas de manzana Leche blanca 1%.	13. Fajita de pollo con salsa BBQ en panecillo. Brocoli fruta mezclada Leche blanca 1%.	14. Chile vegetal Pan de Trigo integral Ensalada con zanahorias Trocitos de piña Leche blanca 1%.
17. Albóndigas de pollo con salsa Bolillo de trigo integral Brocoli Naranja Leche blanca 1%.	18. Rebanada de pechuga de pavo con queso en pan integral Zanahorias pequeñas Duranzos cortados Leche blanca 1%.	19. Burrito de frijoles y queso palitos de jícama fruta mezclada Leche blanca 1%.	20. Muslo de pollo Pan Intregal zanahorias al vapor Rebanado Albaricoques Leche blanca 1%.	21. Espaguetis con salsa de carne y pieminto y championones Ensalada Puré de Manzana Leche blanca 1%.
24. Bistec Salisbury de res con salsa espesa Bolillo de trigo integral Brocoli Duranzos cortados Leche blanca 1%.	25. Construye tu propia envoltura de pollo tortilla de harina integral Fajitas de pollo Queso rallado lechuga picada Pera en cubitos Leche blanca 1%.	26. Macarrones con queso con carne de res Desmoronarse ensalada mixta con zanahorias Albaricoques Leche blanca 1%.	27. Rebanada de pechuga de pavo con queso en pan integral Zanahorias pequeñas fruta mezclada Leche blanca 1%.	28. Puerco en salsa barbacoa Sándwich Rib-B-Q. Bolillo De trigo integral Ensalada de col Duranzos cortados Leche blanca 1%.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.



Cuidemos de California Ponga fruta fresca en su plato Las plantas necesitan agua limpi

