



HEAD START LUNCH JANUARY 2025

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1 New Year's Day	2 <u>Build Your Own Burrito</u> WG 6" Flour Tortilla 1 ea. Refried Beans ½ c. Shredded Cheese ½ oz. Shredded Lettuce ½ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	3 Chicken Thigh 1 ea. w/ Mushroom Sauce WW Bread 1 sl. Baby Carrots 2.6 oz. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.
6 WG Bean & Cheese Burrito 1 ea. California Mix Vegetables ¼ c. Mandarin Oranges ½ c. 1% White Milk 6 oz.	7 Chicken Patty w/ Gravy 1 ea. WW Bread 1 sl. Baby Carrots 2.6 oz. pkt. Cantaloupe Chunks ½ c. 1% White Milk 6 oz.	8 BBQ Pork Rib-B-Q Sandwich on WW Bun 1 ea. Hi C Salad ½ c. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	9 WG Brd. Chicken Strips 3 ea. WW Bread 1 sl. Cucumber Coins ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	10 Vegetable Chili ¾ c. Corn Muffin 1.5 oz. Peas & Carrots ¼ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.
13 Chinese Chicken Stir Fry ¾ c. WW Bread 1 sl. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	14 Turkey Breast 6 sl. w/ Chz on WW Brd 1 sl. Shredded Lettuce ¼ c. Baby Carrots 2.6 oz. pkt. Mandarin Oranges ½ c. 1% White Milk 6 oz.	15 Beef Meatloaf w/Gravy 1 ea. WW Dinner Roll 1 ea. Vegetable Medley ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	16 <u>Build Your Own Chicken Wrap</u> WG 6" Flour Tortilla 1 ea. Chicken Strips 3 oz. Shredded Cheese ½ oz. Shredded Lettuce ¼ c. Cucumber Coins ½ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	17 WW Chicken Bowtie w/Pesto Sauce ¾ c. WW Dinner Roll 1 ea. Hi C Salad ½ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6 oz.
20 Martin Luther King Jr. Day	21 Beef Pepper Steak 1 ea. w/ Gravy, Onions & Bell Peppers WW Dinner Roll 1 ea. Peas & Carrots ¼ c. Tropical fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.	22 Chicken Patty w/ Gravy 1 ea. WW Bread 1 sl. Hi C Salad ½ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	23 Hamburger on a WG Bun w/ cheese 1 sl. Baby Carrots 2.6 oz. Fresh Orange 1 ea. 1% White Milk 6 oz.	24 Turkey Ham 6 sl. & Chz 1 sl. on WW Brd 1 sl. Shredded Lettuce ¼ c Cucumber Coins ¼ c. Cantaloupe Chunks ½ c. 1% White Milk 6 oz.
27 Santa Fe Chicken Thigh 1 ea. WG Brown Rice ¼ c. Baby Carrots 2.6 oz. pkt. Mandarin Oranges ½ c. 1% White Milk 6 oz.	28 WG Bean & Cheese Burrito 1 ea. Peas & Carrots ¼ c. Pineapple Tidbits ½ c. 1% White Milk 6 oz.	29 WG Spaghetti w/ Meat Sauce, Bell Pepper & Mushroom ¾ c. Hi C Salad ½ c. Apricots ½ c. 1% White Milk 6 oz.	30 WG Brd. Chicken Strips 3 ea. WW Bread 1 sl. Cucumber Coins ¼ c. Honeydew Chunks ½ c. 1% White Milk 6 oz.	31 Turkey breast 6 sl. w/ Chz on WW Brd 1 sl. Shredded Lettuce ¼ c. Baby Carrots 2.6 oz. pkt. Tropical Fruit ½ c. 1% White Milk 6 oz.

This organization is an equal opportunity provider.

ALMUERZO HEAD START ENERO 2025

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
		1 <u>Día de Año Nuevo</u>	2 <u>Construye tu propio burrito</u> Tortilla de harina integral Frijoles refritos Queso rallado Lechuga rallada Albaricoques 1% Leche Blanca	3 Muslo de pollo con salsa de champiñones Pan de trigo integral Zanahorias baby Frutas Tropicales 1% Leche Blanca
6 Burrito de frijoles y queso integral Verduras Mix de California Mandarinas 1% Leche Blanca	7 Empanada de pollo con salsa Pan de trigo integral Zanahorias baby Trozos de melón 1% Leche Blanca	8 Sándwich de cerdo a la barbacoa en pan integral Ensalada Hi C Frutas Tropicales 1% Leche Blanca	9 Tiras de pollo empanizado integral Pan de trigo integral Monedas de pepino Cositas de piña 1% Leche Blanca	10 Chile de verduras Muffin de maíz Guisantes y zanahorias Albaricoques 1% Leche Blanca
13 Salteado de pollo chino Pan de trigo integral Frutas Tropicales 1% Leche Blanca	14 Pechuga de pavo con queso sobre pan integral Lechuga rallada Zanahorias baby Mandarinas 1% Leche Blanca	15 Pastel de carne de res con salsa Panecillo de trigo integral Popurrí de verduras Cositas de piña 1% Leche Blanca	16 <u>Construya su propia envoltura de pollo</u> Tortilla de harina integral Tiras de pollo Queso rallado Lechuga rallada Monedas de pepino Albaricoques 1% Leche Blanca	17 Pasta de pajarita de pollo integral con salsa pesto Panecillo de trigo integral Ensalada Hi C Trozos de melaza 1% Leche Blanca
20 <u>Día de Martin Luther King Jr.</u>	21 Filete de ternera a la pimienta con salsa, cebollas y pimientos Panecillo de trigo integral Guisantes y zanahorias Frutas Tropicales 1% Leche Blanca	22 Empanada de pollo con salsa Pan de trigo integral Ensalada Hi C Albaricoques 1% Leche Blanca	23 Hamburguesa en pan integral con queso Zanahorias baby Naranja Fresca 1% Leche Blanca	24 Pavo y queso en pan integral Lechuga rallada Monedas de pepino Trozos de melón 1% Leche Blanca
27 Pollo Muslo Santa Fe Arroz integral Zanahorias baby Mandarinas 1% Leche Blanca	28 Burrito de frijoles integrales y queso Guisantes y zanahorias Cositas de piña 1% Leche Blanca	29 Espaguete integral con salsa de carne, pimientos y champiñones Ensalada Hi C Albaricoques 1% Leche Blanca	30 Tiras de pollo empanizado integral Pan de trigo integral Monedas de pepino Trozos de melaza 1% Leche Blanca	31 Pechuga de pavo con queso sobre pan integral Lechuga rallada Zanahorias baby Frutas Tropicales 1% Leche Blanca

Esta organización es un proveedor de igualdad de oportunidades.