

## Menú Semanal CACFP

Nombre del patrocinador/nombre del sitio: Head Start of Yamhill County Mes y Año: Mayo 2026

| Patrón de Comidas  | Lunes 5/18/26  | Martes 5/19/26   | Miércoles 5/20/26  | Jueves 5/21/26  | Vierne 5/22/26  |
|--|--|--|--|---|---|
| <b>Desayuno</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Granos o carne/sustituto de carne (no más de 3 veces por semana)</li> <li>• Verduras o frutas</li> <li>• Leche líquida</li> </ul> Otros alimentos (adicionales)                 | Cereal Cheerios integrales (GM)<br>Mandarinas<br>Leche/Soja/Lactaid*   | Yogur Yoplait de vainilla con azúcar reducida<br>Granola de canela Red Plate<br>Arrendaros azules<br>Leche/Soja/Lactaid*   | Mini waffles Pillsbury de arándanos azules (preparados comercialmente)<br>Plátanos<br>Leche / Soja / Lactaid*                                      | Muffin inglés integral tostado<br>(Mantequilla aparte)<br>Peras en rebanadas<br>Leche/Soja/Lactaid*                                 | Cereal Grano Entero GM Kix<br>Plátanos<br>Leche/Soja/Lactaid*   |
| <b>Comida</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche líquida</li> <li>• Carne o sustituto de carne</li> <li>• Verduras o frutas</li> <li>• Granos</li> </ul> Otros alimentos (adicionales)                                       | Construye tu envoltura de pollo/queso (con tortilla integral)<br>Verduras mixtas<br>Melón en rebanadas<br>Leche/Soja/ Lactaid*<br>Aderezo Ranch<br>Lechuga y Tomate (Tazones pequeños) | Burrito casero de frijoles y queso con tortilla integral<br>Jícama en rebanadas<br>Fresas<br>Salsa<br>Leche/Soja/ Lactaid* | Tiras de pollo de trigo integral<br>Pan Roundtop integral<br>Gajos de papa<br>Melón verde en rebanadas<br>Leche / Soja / Lactaid*<br>Aderezo Ranch | Espagueti casero con carne de res y lentejas<br>Ensalada verde<br>Manzanas en rebanadas<br>Leche / Soja / Lactaid*<br>Aderezo Ranch | Construye tu Sándwich de pavo y queso (pan integral)<br>Pepino en rodajas<br>Mandarinas<br>Leche/Soja/Lactaid*<br>Aderezo Ranch |
| <b>Colación- clase de 6 horas</b> <p>(elegir 2 de los 5 componentes)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche líquida</li> <li>• Carne o sustituto de carne</li> <li>• Verduras</li> <li>• Frutas</li> <li>• Granos</li> </ul> | Rodajas de manzana<br>Queso en tiras<br>Agua   | Goldfish integrales<br>Rodajas de naranja<br>Agua  | Queso en hebras<br>Zanahorias pequeñas con aderezo ranch<br>Agua   | Pretzel Goldfish integrales<br>Rodajas de pepino con aderezo Ranch<br>Agua  | Galletas Graham Honey Maid<br>Queso en hebras<br>Agua   |

La leche servida es leche baja en grasa y sin sabor, al 1%. La leche de soja/Lactaid sirvió como sustituto de la leche preferente. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades. Todos los platos del menú pueden cambiar según la estacionalidad y la disponibilidad.

Todos los productos de cereales se consideran ricos en cereales integrales.

HM = "ECHO en Casa/Casero" WW = Trigo Integral WG = Grano Entero GM = General Mills CP: Preparado Comercialmente

Center: Sheridan MEC Praise Modular Lafayette Newberg