

# Foundation Menú de diciembre 2020



## Lunes

### Detalles de la porción de 1-2 Años de edad

<b>Desayuno</b>	
Grano de WGR1/2 sl or svg or 1/4 c	
Fruta/Veg	1/4 c
Leche	4 oz
<b>Almuerzo</b>	
Carne/Alt	1 oz
Grano de WGR1/2 sl or svg or 1/4 c	
Veg	1/8 c
Fruta (o 2nd Veg)	1/8 c
Leche	4 oz
<b>Merienda (Solo 2 artículos)</b>	
Veg	1/2 c
Fruta	1/2 c
Carne/Alt	1/2 oz, 1/4 c
Grano	1/2 sl or svg, or 1/4 c
Leche	4 oz

07

### Desayuno

- W Cereal
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Deditos de pollo
- Maíz
- Fruta fresca entera
- W V Pizza de queso
- Merienda**
- Queso de Chefables
- W Galletas caseras

14

### Desayuno

- W Cereal
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Deditos de pollo
- Chicharos
- Fruta fresca entera
- W V Sandwich con queso
- Merienda**
- Queso de Chefables
- W Galletas caseras

21

Closed

28

Closed

## Martes

01

### Desayuno

- W Plaza de albaricoque
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Pollo BBQ + Pan de maíz
- Chicharos
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- Yogur
- W Granola Delicioso

08

### Desayuno

- W Muffin de Schnecken casero horneado
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Burrito de "Fiesta" con Pollo
- Chicharos
- Fruta fresca entera
- W V Quesadilla
- Merienda**
- Yogur
- W Granola Delicioso

15

### Desayuno

- W Plaza de albaricoque
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W V Macaroni y queso
- Maíz
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- Yogur
- W Granola Delicioso

22

Closed

29

Closed

## Miércoles

02

### Desayuno

- W Pan de desayuno
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W V Macaroni y queso
- Judias Verdes
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- W Pan brasileño con queso y coco

09

### Desayuno

- W Palillos de Pan Frances
- Fruta estable del estante
- Almuerzo**
- W Hamburguesa de pavo
- Judias Verdes
- Fruta fresca entera
- W V Sandwich con queso
- Merienda**
- W Pasas de canela
- W Pan KuKu

16

### Desayuno

- W Waffles integrales
- Fruta estable del estante
- Almuerzo**
- W Pastel De Carne De Pavo Casero + Relleno De Pan
- Zanahorias asadas
- Fruta fresca entera
- W V Arroz integral y frijoles
- Merienda**
- W Pasas de canela
- W Pan KuKu

23

Closed

30

Closed

## Jueves

03

### Desayuno

- W Muffin de Downtowner casero horneado
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W V Pizza de queso
- Chicharos
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- W Arroz "POP" Casero de grano entero
- Mini Zanahorias

10

### Desayuno

- W Pan de desayuno
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W V Macaroni y queso
- verduras al vapor
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- Yogur
- W Granola Delicioso

17

### Desayuno

- W Muffin de queso cheddar y Patata
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W V Pizza de queso
- Brócoli
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- Yogur
- W Granola Delicioso

24

Closed

31

Closed

## Viernes

04

### Desayuno

- W Muffin de Canela arce pasas
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Deditos de pollo
- Maíz
- Fruta fresca entera
- Merienda**
- Queso de Chefables
- W Galletas caseras

11

### Desayuno

- W Muffin de elote
- Fruta fresca entera
- Almuerzo**
- W Pegatinas de pavo con salsa de mantequilla al pesto
- Brócoli
- Fruta fresca entera
- W V Arroz integral y frijoles
- Merienda**
- Queso de Chefables
- W Palo de granola suave al horno casera

18

Closed

25

Closed

### Detalles de la porción de 3-5 Años de edad

<b>Desayuno</b>	
Grano de WGR1/2 sl/svg, 1/3c or 1/4 c	
Fruta/Veg	1/2 c
Leche	6 oz
<b>Almuerzo</b>	
Carne/Alt	1-1/2 oz
Grano de WGR1/2 sl or svg, or 1/4 c	
Veg	1/4 c
Fruta (o 2nd Veg)	1/4 c
Leche	6 oz
<b>Merienda (Solo 2 artículos)</b>	
Veg	1/2 c
Fruta	1/2 c
Carne/Alt	1/2 oz, 1/4 c
Grano de WGR1/2 sl or svg or 1/4 c	
Leche	4 oz

### Notas

- Chefables se reserva el derecho de sustituir los elementos del menú indicados si no están disponibles en el mercado o debido a circunstancias imprevistas.
- Tenga en cuenta que los alimentos para bebés / niños pequeños deben estar pulsados, escaldados o cortados pequeños para que estén alineados con la etapa de desarrollo de los niños.
- Leche servida en TODAS las comidas de desayuno y almuerzo. Leche entera (bebés / niños pequeños <2 años), leche baja en grasa (1%) (preescolar > 2 años). Toda la leche servida está libre de rBST.



Algunas verduras este mes Alcachofa, rúcula, verde asiático, remolacha, bok choy, brócoli, brócoli rabe, coles de Bruselas, repollo, zanahorias, coliflor, apio, acelgas, berza, coles, puerros, lechuga, champiñones, okra, parsnipra, chiles, rábanos, rábano, cebollitas, espinacas, calabaza de invierno, sunchokes, batata, tomatillo, tomates, nabos, calabacín



Algunas de las frutas de este mes Manzanas, limón, toronja, uvas, guayaba, kiwi, kumquats, limones, limas, mandarinas, naranjas, granadas, pomelo, peras, caquis, piña

**NEW** = Nueva Oferta de Menús **W** = Rico en Granos Enteros **V** = Opción de Menú Vegetariano **Ff** = Opción de Menú de Alimentos Finger