



MANZANAS

Marca con un círculo todas las manzanas en el menú.

- ¿Cuántas encontraste?
- ¿De cuántas formas distintas se sirven las manzanas?
- ¿Cuántas manzanas piensas comer esta semana?

Neighborhood House Association



 Diciembre 2022 Menu Externo			Jueves 1	Viernes 2
Lunes 5			Jueves 8	Viernes 9
GE Corn Chex, Pera y Leche 1%			GE Cereal Rice Chex, Manzana y Leche 1%	Granola con Miel, Pera y Leche 1%
Taco de Pollo Asado en Tortilla de Maíz con Pico de Gallo, Frijoles Negros, Ensalada de repollo y Cilantro, Pera, y Leche 1%			Pasta con Tomate Seco, Pollo con Paprika, Ensalada de Broccoli con Pasas, Pera y Leche 1%	Sopa de Frijol Rojo, GE Pan Multigrano, Ensalada de Kale, Naranja y Leche 1%
Galletas de Canela y Leche 1%			Galleta de Canela y Leche 1%	Arroz con Leche 1% y Plátano
Martes 6			Martes 13	
Cereal de Avena, Naranja y Leche 1%			GE Cereal Corn Chex, Manzana y Leche 1%	
Carne Sazonada, Arroz Blanco, Ensalada Italiana, Plátano, y Leche 1%			Pasta Rotini a la Bolonesa, Ensalada César, Nectarina y Leche 1%	
Smoothie de Fresa y Manzana			Ensalada de Frijol Negro y Elote con Totopos y Agua*	
Miercoles 7			Miercoles 14	
Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Naranja y Leche 1%			Panecillo Inglés con Queso Crema de Manzana y Canela y, Melón, Leche 1%	
Taco de Carne Deshebrada con Pico de Gallo, GE Tortilla Integral, Pera y Leche 1%			Sopa de Lentejas con GE Pan Multigrano, Ensalada de Espinaca con Arándanos, Melón y Leche 1%	
Dip de Frijole Negro con GE Totopos y Agua*			Manzana con Mantequilla de Chocolate	
Lunes 12			Jueves 15	
Cereal Rice Chex, Pera y Leche 1%			GE Cereal de Avena, Plátano y Leche 1%	
Sándwich de Pavo con Arándanos & Tomate en GE Pan Integral, Crema de Papa, Naranja y Leche 1%			Pasta Pesto con Pollo al Horno, Coliflor con Cúrcuma, Sandía y Leche 1%	
Smoothie de Yogur con Moras y Menta, galletas de Canela			Galleta de Canela y Leche 1%	
Queso Cottage con Hierbas, Galletas Integrales y Agua*			Viernes 16	
Lunes 19			Jueves 22	
GE Cereal Corn Chex, Pera y Leche 1%			Panecillo Inglés, Queso Crema, Naranja y Leche 1%	
Sandwich de Pollo Estilo Salvador, Sopa de Calabaza, Naranja y Leche 1%			Pollo con Coca, GE Arroz Integral, Ensalada de Espinaca y Arándanos, Pera, y Leche 1%	
Galletas de Canela y Leche 1%			Manzana y Palitos de Queso Mozzarella	
Martes 20			Jueves 29	
Bagel Mini con Queso Crema, Pera, y Leche 1%			GE Cereal de Avena, Melón y Leche 1%	
Picadillo de Carne, GE Arroz Integral, Zanahorias al Comino, Naranja y Leche 1%			Chili de Frijol Negro, Tortilla de Maíz, Zanahorias al Vapor, Duraznos, y Leche 1%	
Hummus de Camote con Pan de Pita y Agua*			Galletas de Canela y Leche 1%	
Miercoles 21			Viernes 30	
GE Cereal de Avena, Manzana y Leche 1%			Panecillo Inglés, Queso Crema de Frutas Tropicales, Pera y Leche 1%	
Pollo Balsámico al Horno, Cuscús estilo Israelí con Manzana, Verduras Guisadas, Melón, y Leche 1%			Sándwich de Pollo con Miel de Maple en GE Pan Integral, Ensalada Primavera, Manzanas y Leche 1%	
Palitos de Zanahoria con Dip de Sésamo y Leche 1%			Puré de Manzana Casero y Leche 1%	
Lunes 26			Martes 27	
GE Cereal Corn Chex, Pera y Leche 1%			GE Granola, Manzana y Leche 1%	
Sandwich de Carne con Queso Cheddar, Ensalada César, Naranja, y Leche 1%			Pollo al Horno, Arroz Jasmin, Ensalada Sésamo, Sandía y Leche 1%	
NHA NS CERRADO			NHA NS CERRADO	
Hummus con Cilantro, Palitos de Zanahoria y Agua*			Queso Cheddar y Galletas de Trigo y Agua*	