

Nombre botánico: *Prunus persica*



## DURAZNOS

Marca con un círculo todas las comidas que tengan duraznos.

- ¿Cuántas encontraste?
- ¿Hay algún otro tipo de fruta de hueso en el menú (ciruelas, chabacanos, cerezas)?
- ¿Cuál es tu fruta de hueso favorita?

# Neighborhood House Association



| Exepciones para Bebés                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                    |                                                                                                                   |                                                                                               | Jueves 1                                                                                                                           | Viernes 2                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Lechuga: coliflor al vapor<br>Espinacas: broccoli al vapor<br>Peras: Peras picada<br>Manzanas: Puré de manzana<br>Chips de tortilla: Tortilla blanda<br>Zanahoria: Zanahorias vapor<br>GE: Grano Entero<br>* Agua ---- Opcional |                                                                                                    | <div>Junio 2023</div> <div>Menu Externo</div> <div>VERANO</div>                                                   |                                                                                               | GE Cereal Rice Chex, <i>Manzana</i> y Leche 1%                                                                                     | Granola con Miel, <i>Pera</i> y Leche 1%                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                    |                                                                                                                   |                                                                                               | Pasta con Tomato 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% |
|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                    |                                                                                                                   |                                                                                               | GE Galleta de Canela y Leche 1%                                                                                                    | Arroz con Leche 1% y Plátano                                                 |
| Lunes 5                                                                                                                                                                                                                         | Martes 6                                                                                           | Miércoles 7                                                                                                       | Jueves 8                                                                                      | Viernes 9                                                                                                                          |                                                                              |
| Cereal Rice Chex, <i>Pera</i> y Leche 1%                                                                                                                                                                                        | GE Cereal Corn Chex, <i>Manzana</i> y Leche 1%                                                     | Panecillo Inglés con Queso Crema de Durazno y, Melón, Leche 1%                                                    | GE Cereal de Avena, Plátano y Leche 1%                                                        | GE Cereal de Hojuelas de Trigo, Naranja y Leche 1%                                                                                 |                                                                              |
| Sándwich de Pavo con Arándanos & Tomate en GE Pan Integral, Crema de Papa, Naranja y Leche 1%                                                                                                                                   | Pasta Rotini a la Bolonesa, <i>Ensalada César</i> , Nectarina y Leche 1%                           | Sopa de Lentejas con GE Pan Multigrano, <i>Ensalada de Espinaca con Arándanos</i> , Melón y Leche 1%              | Pasta Pesto con Pollo al Horno, Coliflor con Cúrcuma, Sandía y Leche 1%                       | Taco de Frijol con Pico de Gallo, Ensalada Primavera, Manzana y Leche 1%                                                           |                                                                              |
| Smoothie de Yogur con Moras y Menta, galletas de Canela                                                                                                                                                                         | Ensalada de Frijol Negro y Elote con Totopos y Agua*                                               | Manzana con <i>Mantequilla</i> de Chocolate                                                                       | GE Galleta de Canela y Leche 1%                                                               | Queso Cottage con Hierbas, Galletas Integrales y Agua*                                                                             |                                                                              |
| Lunes 12                                                                                                                                                                                                                        | Martes 13                                                                                          | Miércoles 14                                                                                                      | Jueves 15                                                                                     | Viernes 16                                                                                                                         |                                                                              |
| GE Cereal Corn Chex, <i>Pera</i> y Leche 1%                                                                                                                                                                                     | Bagel Mini con Queso Crema, Pera, y Leche 1%                                                       | GE Cereal de Avena, <i>Manzana</i> y Leche 1%                                                                     | Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Naranja y Leche 1%                                | GE Cereal Rice Chex, Sandía y Leche 1%                                                                                             |                                                                              |
| Sandwich de Pollo Estilo Salvador, <b>Sopa de Zanahoria con Jengibre*</b> , Naranja y Leche 1%                                                                                                                                  | Picadillo de Carne, GE Arroz Integral, Zanahorias al Comino, Naranja y Leche 1%                    | Pollo Balsámico al Horno, Cuscús estilo Israelí con Manzana, Verduras Guisadas, Melón, y Leche 1%                 | Pollo con Coco, GE Arroz Integral, <i>Ensalada de Espinaca y Arándanos</i> , Pera, y Leche 1% | Chili de Frijol Negro, Tortilla de Maíz, <i>Ensalada California</i> , Plátano y Leche 1%                                           |                                                                              |
| <b>*De Temporada</b><br>Pico de Gallo con GE Totopos y Agua*                                                                                                                                                                    | Hummus de Camote con Pan de Pita y Agua*                                                           | <i>Palitos de Zanahoria</i> con Dip de Sésamo y Leche 1%                                                          | <i>Manzana</i> y Palitos de Queso Mozzarella                                                  | <b>*Parfait de Temporada</b><br>Yogurt, Granola y Durazno                                                                          |                                                                              |
| Lunes 19                                                                                                                                                                                                                        | Martes 20                                                                                          | Miércoles 21                                                                                                      | Jueves 22                                                                                     | Viernes 23                                                                                                                         |                                                                              |
| GE Cereal Corn Chex, <i>Pera</i> y Leche 1%                                                                                                                                                                                     | GE Granola, <i>Manzana</i> y Leche 1%                                                              | Mini Bagel con Queso Crema, Plátano y Leche 1%                                                                    | GE Cereal de Hojuelas de Trigo, Melón y Leche 1%                                              | Panecillo Ingles, Queso Creama de Durazno, <i>Pera</i> y Leche 1%                                                                  |                                                                              |
| Pasta Penne con Salsa de Carne Siciliana, <i>Ensalada César</i> , Naranja, y Leche 1%                                                                                                                                           | Pollo al Horno, Arróz Jasmin, Ensalada Sésamo, Sandía y Leche 1%                                   | Hamburguesa de Carne con BBQ en GE Pan Ingegral, <i>Ensalada de Lechuga con Tomate</i> , Naranja y Leche 1%       | Pavo Rostizado con Especies y Gravy, GE Pan de Trigo, Puré de Papa, Plátano y Leche 1%        | Sándwich de Pollo con Miel de Maple en GE Pan Integral, Sopa de Tomate y Albahacar, <i>Ensalada Primavera</i> , Naranja y Leche 1% |                                                                              |
| <b>NHA NS CERRADO</b>                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                    |                                                                                                                   |                                                                                               |                                                                                                                                    |                                                                              |
| GE Galletas de Canela y Leche 1%                                                                                                                                                                                                | Queso Cheddar y Galletas de Trigo y Agua*                                                          | Queso Cottage con Hierbas y Pan Italiano y Agua*                                                                  | Yogurt de Camote, Galletas de Canela y Agua*                                                  | Puré de Manzana Casero y Leche 1%                                                                                                  |                                                                              |
| Lunes 26                                                                                                                                                                                                                        | Martes 27                                                                                          | Miércoles 28                                                                                                      | Jueves 29                                                                                     | Viernes 30                                                                                                                         |                                                                              |
| GE Rice Chex, Naranja y Leche 1%                                                                                                                                                                                                | GE Cereal Corn Chex, <i>Manzana</i> y Leche 1%                                                     | GE Cereal de Avena, Plátano y Leche 1%                                                                            | Bagel Mini con Queso Crema, Durazno Golden y Leche 1%                                         | GE Granola con Miel, Pera y Leche 1%                                                                                               |                                                                              |
| El Famoso Chili de María con Galletas Integrales, Pera, y Leche 1%                                                                                                                                                              | Sandwich de Ensalada de Pollo con Curry, Tomate y lechuga, Ensalada California, Naranja y Leche 1% | Ensalada estilo Taco Carne, Frijoles, Lechuga y Elote Rostizado con Pico de Gallo, GE Totopos, Manzana y Leche 1% | Pasta Mediterránea con Pollo Asado, <i>Ensalada Arcoiris</i> , Melón y Leche 1%               | Carne Marroquí, Arroz con Cúrcuma y Pasas, Ensalada de Espinaca con Arándanos, Naranja y Leche 1%                                  |                                                                              |
| Queso Cottage con Pasas y Arándanos, Galletas de Canela y Agua*                                                                                                                                                                 | Sopa de Frijol con Ajo Asado y Romero, Galletas Integrales y Agua*                                 | GE Galleta de Canela y Leche 1%                                                                                   | Licuado de Plátano y Espinaca con Galletas de Canela, y Agua*                                 | Pico de Gallo con GE Totopos y Agua*                                                                                               |                                                                              |