



## PEPINOS

### Conocimiento de Nutrición

- Los pepinos ofrecen varios beneficios para la salud, como su alto contenido de agua, nutrientes y antioxidantes. Pueden favorecer la hidratación, la digestión e incluso contribuir al control del peso y la glucemia.
- Los pepinos están repletos de vitaminas y minerales esenciales como la vitamina K, la vitamina C, el potasio y el magnesio.



			Toddler Accommodations	Viernes 1
 <h1>August 2025</h1> <p>EXTERNO</p>			Lechuga: Coliflor al vapor Espinacas: Broccoli al vapor Peras: Peras picada Manzanas: Puré de Manzana Chips de tortilla: Tortilla Blanda Zanahoria: Zanahorias vapor Col: Zanahorias vapor GE: Grano Entero * Agua ---- Opcional no es un componente de CACFP	Panecillo Inglés, Queso Crema de Frutas Tropicales, Pera y Leche 1% Sándwich de Pollo con Miel de Maple en GE Pan Integral, Sopa de Tomate y Albahacar, Ensalada Primavera, Naranja y Leche 1% Puré de Manzana Casero y Leche 1%
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
GE Rice Chex, Naranja y Leche 1% El Famoso Chili de María con Galletas Integrales, Pera, y Leche 1%	GE Cereal Corn Chex, Manzana y Leche 1% Sandwich de Ensalada de Pollo con Curry, Ensalada California, Naranja y Leche 1%	GE Cereal de Avena, Plátano y Leche 1% Ensalada estilo Taco Carne, Frijoles, Lechuga y Elote Rostizado con Pico de Gallo, GE Totopos, Manzana y Leche 1%	Bagel Mini con Queso Crema, Manzana Golden y Leche 1% Pollo con Arroz Rojo, Ensalada Arcoiris, Melón y Leche 1%	GE Granola con Miel, Pera y Leche 1% Carne Marroquí, Arroz con Cúrcuma, Ensalada de Espinaca con Arándanos, Naranja y Leche 1%
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Queso Cottage con Pasas y Arándanos, Galletas de Canela y Agua* GE Corn Chex, Pera y Leche 1%	Sopa de Frijol con Ajo Asado y Romero, Galletas Integrales y Agua* Cereal de Avena, Naranja y Leche 1%	GE Galleta de Canela y Leche 1% Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Naranja y Leche 1%	Licuado de Plátano y Espinaca con Galletas de Canela, y Agua* GE Cereal Rice Chex, Manzana y Leche 1%	Pico de Gallo con GE Totopos y Agua* Granola con Miel, Pera y Leche 1%
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Taco de Pollo Asado en Tortilla de Maíz con Pico de Gallo, Frijoles Negros, Ensalada de repollo y Cilantro, Pera y Leche 1% Galletas de Canela y Leche 1%	Yoghur de Vinilla y Manzana Cereales de Avena, Naranja y Leche 1%	Dip de Frijole Negro con GE Totopos y Agua* Panecillo Inglés con Queso Crema de Pepino, Melón, Leche 1%	GE Galleta de Canela y Leche 1% Pasta con Tomato Seco, Pollo con Paprika, Ensalada de Broccoli con Pasas, Pepino y Leche 1%	Arroz con Leche 1% y Plátano GE Cereal de Hojuelas de Trigo, Naranja y Leche 1%
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
GE Cereal Corn Chex, Pera y Leche 1% Sandwich de Pavo con Arándanos & Tomate en GE Pan Integral, Crema de Papa, Naranja y Leche 1%	Smoothie de Yogur con Moras y Menta, galletas de Canela y Agua* Pico de Gallo con Totopos y Agua*	GE Cereal de Avena, Manzana y Leche 1% Manzana y Leche 1%	GE Galleta de Canela y Leche 1% Pasta Pesto con Pollo al Homo, Coliflor con Cúrcuma, Melon Verde y Leche 1%	Queso Cottage con Hierbas, Galletas Integrales y Agua* GE Cereal de Avena, Plátano y Leche 1%
GE Cereal Corn Chex, Pera y Leche 1% Sandwich de Pollo Estilo Salvador, Sopa de Calabacin, Naranja y Leche 1%	Pico de Gallo con GE Totopos y Agua* Hummus de Camote con Pan de Pita y Agua*	GE Cereal de Avena, Manzana y Leche 1% Pollo Balsámico, Cuscús estilo Israelí con Manzana, Verduras Guisadas, Melón Verde, y Leche 1%	Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Naranja y Leche 1% Pollo con Coco, GE Arroz Integral, Ensalada de Espinaca y Arándanos, Pera, y Leche 1%	GE Cereal Rice Chex, Melon y Leche 1% Chili de Frijol Negro, Tortilla de Maíz, Ensalada California, Plátano y Leche 1%
Pico de Gallo con GE Totopos y Agua*	Hummus de Camote con Pan de Pita y Agua*	Palitos de Zanahoria con Dip de Yogur y Leche 1%	Manzana y Palitos de Queso Mozzarella	Parfait de Durazno en almibar y Agua