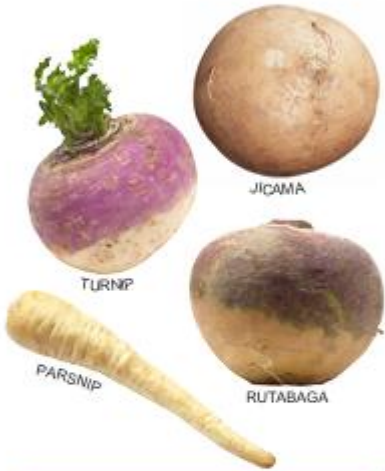


Harvest of the Month

Network for a Healthy California



ROOT VEGETABLES

Circle all vegetables on the menu.

- How many are roots (carrots, turnips, parsnips)?
- How many are tubers (potatoes, yams)?
- Draw a star next to your favorite root or tuber.
- What is your favorite way to eat root vegetables?

Neighborhood House Association



3

4

5

1

2

Notes	Tuesday 1	Wednesday 2	Thursday 3	Friday 4
*Agua opcional – No es un componente de CACFP **Alojamientos para niños pequeños ***Sustituto de GE para 6+: GE Galletas de Canela Leche (sin sabor) 12-24 meses: Leche entera 24 months +: Leche 1%	Sandwich de Mantequilla de Girasol con Mermelada en Pan Integral Pera, y Leche 1%	Cereal de Avena, Naranja y Leche 1%	GE Cereal Rice Chex, Piña y Leche 1%	GE Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Manzana y Leche 1%
	Frijoles Blancos Toscanos, con Pasta Fettuccini, Rodajas de Pepino, Plátano y Leche 1%	Pollo al Curry con Mini Pita, Zanahorias Glaseadas con Naranja, Melón Verde y Leche 1%	Carne con Brócoli y Fideo Integral, Pera y Leche al 1%	Macarrones con Queso, Pollo con Paprika, Ensalada de Ejotes, Naranja y Leche 1%
	Ensalada de Manzana con GE Galletas de Canela y Agua*	Licudo de Fresas, Manzana & Agua*	Palitos de Queso Mozzarella, Pretzel** de Goldfish y Agua*	Yogur de Camote, GE Galletas de Canela y Agua*
Monday 7	Tuesday 8	Wednesday 9	Thursday 10	Friday 11
Feliz DÍA DEL TRABAJO cerrada	GE Panecillo Inglés, Queso Crema, Pera y Leche 1%	GE Cereal Corn Chex, Manzana y Leche 1%	Mantequilla de Girasol y Mermelada sobre pan de trigo GE, Melón Dulce y Leche 1%	Queso Cottage, Plátano y Leche 1%
	Guiso Africano de Res con Pan Integral, Repollo con Papas, Naranja y Leche 1%	Salsa Bolognesa con GE Espaguetis Ensalada César, Piña y Leche 1%	Pollo al Coco, Arroz con Cilantro y Limón, Brocoli, Naranja y Leche al 1%	GE Pasta Pesto con Pollo al Horno, Coliflor con Cúrcuma, Melón Verde y Leche 1%
	Panqué de Arándano y Leche al 1%	Palitos de Queso Mozzarella, GE Galletas de Canela y Agua*	Humus de Cacao, Manzana y Agua*	GE Galletas de Canela, Fresas y Agua*
Monday 14	Tuesday 15	Wednesday 16	Thursday 17	Friday 18
Yogur de Vanilla, Pera y Leche 1%	GE Cereal Corn Chex, Manzana y Leche 1%	Mini Bagel con Queso Crema, y Leche 1%	GE Cereal de Avena, Pera y Leche 1%	GE Panecillo Inglés, Queso Crema de Frambuesa, Naranja y Leche 1%
Chili de Frijol Negro, GE Tortilla de Maíz, Ensalada California, Naranja y Leche 1%	Sandwich de Pollo Estilo Salvador, Panecillo Kaiser, Sopa de Calabacita, Plátano y Leche 1%	Picadillo de Carne, Arroz Integral, Zanahoria con Comino, Plátano, y Leche 1%	Taco de Barbacoa de Res Sobre Tortilla de Maíz, Pico de Gallo, Naranja y Leche 1%	Pollo de Teriyaki, Ensalada de Macaroni, Zanahorias con guisantes, Pina y Leche 1%
Pan de Pita con Crema de Tomate Seco y Leche 1%	Pico de Gallo con GE Totopos de Maíz y Agua*	Licudo de Frutos Rojos con Pan de Canela y Pasas, & Agua*	Palitos de Queso Mozzarella, Pretzels** de Goldfish y Agua*	Humus de Ajo con Zanahorias y Agua*
Monday 21	Tuesday 22	Wednesday 23	Thursday 24	Friday 25
GE Cereal Cheerios, Trocitos de Piña y Leche 1%	GE Cereal Corn Chex, Manzana y Leche 1%	Queso Cottage con Piña y Leche 1%	Mini Bagel con Queso Crema, Melón y Leche 1%	GE Cereal de Hojuelas de Trigo, Plátano y Leche 1%
Sándwich de Ensalada Pollo con Miel Maple en Pan Integral, Sopa de Tomate y Albahaca, Naranja y Leche 1%	GE Pasta Penne con Salsa de Carne Siciliana, Ensalada de Ejotes, Plátano y Leche 1%	Ensalada California con frijoles, arroz Español, Pico de Gallo, Manzana, & Leche 1%	Hamburguesa de Carne con Salsa BBQ, Pan Integral, Ensalada de Papa, Naranja y Leche 1%	Pavo Rostizado con Arándanos en Panecillo Integral, Sopa de Brócoli con Queso Cheddar, Fresas y Leche 1%
Manzanas con Canela y Leche 1%	Cuadritos de Queso Cheddar y GE Galletas de Goldfish y Agua*	Hummus con Cilantro, Palitos de Zanahoria y Agua*	GE Galletas de Canela, Pera y Agua*	Licudo el Monstruo Verde, GE Galletas de Canela y Agua*
Monday 28	Tuesday 29	Wednesday 30	2026 Septiembre	
GE Granola con Miel, Pera y Leche 1%	GE Cereal Rice Chex, Manzana y Leche 1%	Yogurt de Vainilla con Papaya & Leche 1%		
Garbanzo en Curry Amarillo y Arroz, Ensalada de chicharo, Naranja y Leche 1%	El Famoso Chili de María con Galletas Integrales, Pera y Leche 1%	Sándwich de Ensalada de Pollo en Panecillo Integral, Sopa de Zanahoria con Gengibre, Melón Verde y Leche 1%		
GE Galletas de Canela y Leche 1%	Sandwich de Mantequilla de Girasol y Mermelada en Pan Integral, Pera y Agua*	GE Goldfish Pretzels** & Palitos de Mozzarella		