






WILMINGTON HEAD START, INC.

WWW.WILMHEADSTART.ORG

MENU MAY, 2023

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>1 Milk WGR cinnamon raisin bread Jelly Mixed fruit</p> <p>Milk WGR spaghetti with beef meatballs and tomato sauce Tossed salad Salad dressing Grapes</p>	<p>2 Milk WGR English muffin Butter Mandarin oranges</p> <p>Milk Honey bbq chicken Peas WGR roll ½ Apple</p>	<p>3 Milk 100% WGR Blueberry Muffins Raspberries</p> <p>Milk Beef bologna Cheese Celery sticks WGR bread Pasta salad Mustard/mayo Blueberries</p>	<p>4 Milk Yogurt WGR graham crackers ½ Orange</p> <p>Milk WGR stuffed shells with Alfredo sauce Broccoli ½ Pear</p>	<p>5 Milk Rice Chex 100% Apple juice</p> <p>Milk Chicken potpie Mixed vegetables WGR roll Blueberries</p>
<p>8 Milk WGR English muffins Jelly Apple sauce cups</p> <p>Milk Oven Fried Chicken WGR roll Brussel sprouts Blueberries</p>	<p>9 Milk 100% WGR bagel Cream Cheese ½ Pear</p> <p>Milk Cheese ravioli & Meat Sauce 100% WGR roll Tossed salad Strawberries</p>	<p>10 Milk WGR corn muffin 100% grape juice</p> <p>Milk Roast beef & cheese sandwich Carrot sticks Macaroni Salad WGR bread Tangerine</p>	<p>11 Milk WGR cheerios Plum</p> <p>Milk Chicken Stir fry with Vegetables WGR rice Diced pineapple cup</p>	<p>12 Milk Cheese Sticks WGR graham Cracker 100 % Orange Juice</p> <p>Milk Beef burgers with cheese Corn WGR buns ½ Apple</p>
<p>15 Milk Rice Krispies Mandarin oranges</p> <p>Milk Sloppy Joe 100% WGR bun Corn Strawberries</p>	<p>16 Milk Cheese sticks WGR graham crackers Diced Pears</p> <p>Milk Chicken alfredo with linguine noodles Tossed salad Dressing Mixed fruit cups</p>	<p>17 Milk WGR Kix 100% White grape juice</p> <p>Milk Turkey & cheese sandwich Carrot sticks WGR bread Pasta salad ½ Orange</p>	<p>18 Milk 100% WGR bagel Cream cheese Applesauce</p> <p>Milk Chicken Caesar salad WGR croutons Parmesan cheese WGR roll Plum</p>	<p>19 Water & Milk Bbq chicken hamburger Corn WGR rolls Pasta salad Fruit cups</p> 
<p>22 Milk Rice Krispies ½ orange</p> <p>Milk WGR Lasagna roll with Marinara sauce Green beans Blueberries</p>	<p>23 Milk Yogurt WGR crackers Diced pear</p> <p>Milk Roast beef w/gravy WGR roll Mashed potatoes Strawberries</p>	<p>24 Milk WGR blueberry muffins Grapes</p> <p>Milk Turkey ham & Cheese sandwich WGR bread Celery sticks Macaroni Salad ½ Orange</p>	<p>25 Milk Cinnamon raisin WGR bagel Cream cheese Kiwi</p> <p>Milk Chicken taco Shredded lettuce and cheese corn WGR chip Raspberries</p>	<p>26</p> 
<p>29 CLOSED</p> 	<p>30 Cheese sticks WGR crackers Mixed Fruit</p> <p>Milk Turkey meatballs with gravy Sliced potatoes WGR roll Strawberries</p>	<p>31 Milk 100% WGR Blueberry Muffins Diced peaches</p> <p>Milk Turkey ham and cheese sandwich Celery sticks WGR bread Pasta salad Mustard/mayo Plums</p>		

BREAKFAST:	Milk: ¾ cup	Vegetables, fruit or both: ½ cup	Grains: ½ oz eq.
LUNCH:	Milk: ¾ cup	Meat or alt.: 1½ oz	Vegetables: ¼ cup Fruit: ¼ cup Grains: ½ oz eq.

MENU SUBJECT TO CHANGES WITHOUT NOTICE

WGR= WGR Rich

WILMINGTON HEAD START, INC.
WWW.WILMHEADSTART.ORG
MENU DE MAYO DEL 2023

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1 Leche Pan con pasas y canela de GIE Mermelada Fruta mixta</p> <p>Leche Espaguetis de GIE con albóndigas de res y salsa de tomate Ensalada mixta Aderezo Uvas</p>	<p>2 Leche Panqué inglés de GIE Mandarinas</p> <p>Leche Pollo a la barbacoa con miel Chícharos Pan de GIE ½ Manzana</p>	<p>3 Leche Panqué 100% de GIE con moras azules Frambuesas</p> <p>Leche Carne asada con queso Palitos de apio Pan de GIE Ensalada de pasta Mostaza/mayonesa Moras azules</p>	<p>4 Leche Yogur Galletas con canela de GIE ½ naranja</p> <p>Leche Conchas rellenas de GIE en salsa Alfredo Brócoli ½ Pera</p>	<p>5 Leche Arroz Chex 100% jugo de manzana</p> <p>Leche Pastel de pollo Verduras mixtas Pan de GIE Moras azules</p>
<p>8 Leche Pan inglés de GIE Mermelada Puré de manzana</p> <p>Leche Pollo frito al horno Pan de GIE Col de Bruselas Moras azules</p>	<p>9 Leche Bagel 100% de GIE Queso crema ½ Pera</p> <p>Leche Ravioles con queso en salsa de carne Pan de GIE Ensalada mixta Fresas</p>	<p>10 Leche Panqué de elote de GIE 100% Jugo de uva</p> <p>Leche Sándwich de carne asada y queso Palitos de zanahoria Ensalada de macarrones pan de GIE Mandarina</p>	<p>11 Leche Cheerios de GIE Ciruela</p> <p>Leche Pollo con verduras estilo chino Arroz de GIE Piña en cubitos</p>	<p>12 Leche Palitos de queso Galleta con canela de GIE 100 % Jugo de Naranja</p> <p>Leche Hamburguesa de res con queso Elote Bollo de GIE ½ Manzana</p>
<p>15 Leche Rice Krispies Mandarina</p> <p>Leche Carne de res molida con tomate Bollo 100% DE GIE Maíz Fresas</p>	<p>16 Leche Palitos de queso Galletas con canela de GIE Pera picada</p> <p>Leche Fideos con pollo en salsa Alfredo Ensalada mixta Aderezo Fruta mixta</p>	<p>17 Leche Kix de GIE 100% Jugo de uva blanca</p> <p>Leche Sándwich de pavo y queso Palitos de zanahoria Pan de GIE Ensalada de pasta ½ Naranja</p>	<p>18 Leche Panecillo 100% DE GIE Queso crema Coba</p> <p>Leche ensalada César con pollo picatostes DE GIE Rollito de queso parmesano DE GIE Ciruela</p>	<p>19 Agua y leche Hamburguesa de pollo a la barbacoa Maíz Rollos DE GIE Ensalada de pasta Copas de frutas <i>Fiesta de Fin de Curso</i></p> 
<p>22 Leche Rice Krispies ½ naranja</p> <p>Leche Rollos de lasaña de GIE con salsa marinara Ejotes Moras azules</p>	<p>23 Leche Yogur Galletas de GIE Pera picada</p> <p>Leche Carne asada con salsa Pan de GIE Puré de papa Fresas</p>	<p>24 Leche Panqué con moras azules de GIE Uvas</p> <p>Leche Sándwich de jamón de pavo y queso Pan de GIE Palitos de apio Ensalada de macarrones ½ Naranja</p>	<p>25 Leche Bagel de GIE con pasas y canela Queso crema Kiwi</p> <p>Leche tacos de pollo Lechuga rallada y queso Elote Totopos de GIE Frambuesas</p>	<p>26</p> 
<p>29</p> 	<p>30 palitos de queso Galletas de GIE Fruta mixta</p> <p>Leche Albóndigas de pavo con salsa Papas en rodajas Pan de GIE Fresas</p>	<p>31 Leche Panqué de moras azules 100% DE GIE Duraznos cortados en cubitos</p> <p>Leche Sándwich de jamón de pavo y queso Tallos de apio pan de GIE Ensalada de pasta Mostaza/mayonesa Ciruelas</p>		

DESAYUNO:	Leche: ¾ taza	Vegetales, fruta o ambos: ½ taza	Granos: ½ onza eq.
ALMUERZO:	Leche: ¾ taza	Carne o alt.: 1½ onza	Vegetales: ¼ taza Fruta: ¼ taza Granos: ½ onza eq.

Menú sujeto a cambios sin previo aviso GIE= Grano Integral Enriquecido