



WILMINGTON HEAD START, INC.

WWW.WILMHEADSTART.ORG

MENU JUNE, 2024

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p>3 Milk WGR honey English muffin/Honey ½ Orange</p> <p>Milk Mac and cheese WGR bread Broccoli Nectarine</p>	<p>4 Milk Rice Krispies Diced peaches</p> <p>Milk Beef stroganoff with WGR noodles Tossed salad WGR bread Raspberries</p>	<p>5 Milk Cheese sticks WGR graham crackers 100% Apple juice</p> <p>Milk ½ Sandwich Turkey ham & cheese WGR bread Macaroni salad Carrot sticks Grapes</p>	<p>6 Milk Turkey sausage Biscuits Jelly Strawberries</p> <p>Milk Turkey slice Potato Salad Green beans WGR bread/butter Plum</p>	<p>7 Milk Corn Chex ½ Apple</p> <p>Milk Chicken Caesar salad (make your own) WGR roll and butter ½ Pear</p>
<p>10 Milk Rice Krispies Applesauce</p> <p>Milk Pepper steak Mashed potatoes WGR roll and butter Raspberries</p>	<p>11 Milk WGR bagel Cream cheese Nectarines</p> <p>Milk Chicken & rice WGR bread Blueberries</p>	<p>12 Milk WGR corn muffin Jelly Grapes</p> <p>Milk Turkey cheeseburger WGR bun Celery sticks Potato salad Tangerine</p>	<p>13 Milk Cinnamon raisin WGR bagel Cream cheese Peach</p> <p>Milk Chef Salad (make your own) WGR bread/ butter Grapes</p>	<p>14 Milk Corn Flakes Blackberries</p> <p>Milk Roast beef & cheese sandwich WGR bread Mayo/Mustard Carrot sticks Apple slices</p>
<p>17 Milk WGR corn muffins ½ Banana</p> <p>Milk Beef Tacos (make your own) WGR corn tortilla chips Shredded lettuce Grated cheese ½ Orange</p>	<p>18 Milk Yogurt w/ WGR granola Grapes</p> <p>Milk Oven fried chicken Broccoli Brown rice pilaf Nectarine</p>	<p>19 CLOSED</p> 	<p>20 Milk WGR English muffin/spread Applesauce</p> <p>Milk Turkey meat balls with gravy Mashed potatoes WGR roll Peach</p>	<p>21 Milk Raisin bran Blueberries</p> <p>Milk Chicken salad WGR bread Celery Dressing Strawberries</p>
<p>24 Milk Rice Krispies Diced pears</p> <p>Milk Chicken Caesar salad WGR roll Raspberries</p>	<p>25 Milk Rice Chex ½ Orange</p> <p>Milk Beef cheeseburger WGR buns Corn Blackberries</p>	<p>26 Milk WGR cinnamon bread Jelly 100% grape juice</p> <p>Milk Turkey ham & cheese 100% WGR bread Carrot sticks Macaroni salad Plum</p>	<p>27 Milk WGR English muffin Jelly Kiwi</p> <p>Milk Beef Salisbury steak Mashed potatoes WGR roll Grapes</p>	<p>28 Milk Turkey sausage Eggs & cheese WGR bread Jelly Strawberries</p> <p>Milk Chicken cheese steak WGR bread Celery ½ Apple</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 JUNIO DEL 2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3 Leche Panqué inglés con miel de GIE ½ naranja</p> <p>Leche Macarrones con queso Pan de GIE Brócoli Mandarina</p>	<p>4 Leche Rice krispies Duraznos cortados en cubitos</p> <p>Leche Stroganoff de res con fideos de GIE Ensalada mixta Pan de GIE Frambuesas</p>	<p>5 Leche Palitos de queso Galletas con canela de GIE 100% jugo de manzana</p> <p>Leche ½ sándwich Jamón de pavo y queso Pan de GIE Ensalada de macarrones Palitos de zanahoria Uvas</p>	<p>6 Leche Chorizo de pavo Bisquets Mermelada Fresas</p> <p>Leche Rebanada de pavo Ensalada de papas Ejotes Pan de GIE con mantequilla Ciruela</p>	<p>7 Leche Rice krispies ½ manzana</p> <p>Leche Ensalada César con pollo (Tú la creas) Pan de GIE con mantequilla ½ pera</p>
<p>10 Leche Rice Krispies Puré de manzana</p> <p>Leche Filete a la pimienta Puré de papa Pan de GIE con mantequilla Frambuesas</p>	<p>11 Leche Bagel de GIE Queso crema Mandarina</p> <p>Leche Pollo con arroz Pan de GIE Arándanos</p>	<p>12 Leche Panqué de elote de GIE Mermelada Uvas</p> <p>Leche Hamburguesa de pavo con queso Pan de GIE Palitos de apio Ensalada de papa Mandarina</p>	<p>13 Leche Bagel con pasas y canela de GIE Queso crema Durazno</p> <p>Leche Ensalada del chef (Tú la creas) Pande GIE con mantequilla Uvas</p>	<p>14 Leche Corn Flakes Moras</p> <p>Leche Sándwich de carne asada y queso Pan de GIE Mayonesa/mostaza Palitos de zanahoria Manzana en rebanadas</p>
<p>17 Leche Panqué de elote de GIE ½ plátano</p> <p>Leche Tacos de carne (Tú los creas) Totopos de maíz de GIE Lechuga picada Queso rallado ½ Naranja</p>	<p>18 Leche Yogur con granola de GIE Uvas</p> <p>Leche Pollo frito al horno Brócoli Paella de arroz integral Mandarina</p>	<p>19 CERRADO</p> 	<p>20 Leche Panqué Inglés de GIE con mantequilla Puré de manzana</p> <p>Leche Albóndigas de pavo con salsa Puré de papas Pan de GIE Durazno</p>	<p>21 Leche Raisin bran Arándanos</p> <p>Leche Ensalada de pollo Pan de GIE Apio Aderezo Fresas</p>
<p>24 Leche Rice Krispies Pera en cubitos</p> <p>Leche Ensalada César con pollo Pan de GIE Frambuesas</p>	<p>25 Leche Rice Chex ½ naranja</p> <p>Leche Hamburguesa de res con queso Pan de GIE Elote Moras</p>	<p>26 Leche Pan de canela de GIE Mermelada 100% jugo de uva</p> <p>Leche jamón de pavo y queso Pan 100% de GIE Palitos de zanahoria Ensalada de macarrones Ciruela</p>	<p>27 Leche Panqué inglés de GIE Mermelada Kiwi</p> <p>Leche Bistec Salisbury de res Puré de papas Pan de GIE Uvas</p>	<p>28 Leche Salchicha de pavo Huevos con queso Pan de GIE Mermelada Fresas</p> <p>Leche Torta de pollo con queso Pan de GIE Apio ½ Manzana</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