






WILMINGTON HEAD START, INC.

WWW.WILMHEADSTART.ORG

MENU MAY, 2024

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
		<p>1 Milk 100% WGR Blueberry Muffins Raspberries</p> <p>Milk Turkey & cheese sandwich Celery sticks WGR bread Pasta salad Mustard/mayo Blackberries</p>	<p>2 Milk Yogurt WGR graham crackers ½ Orange</p> <p>Milk WGR cheese stuffed shells with Alfredo sauce Broccoli ½ Pear</p>	<p>3 Milk Rice Chex 100% Apple juice</p> <p>Milk Meatballs with gravy Mixed vegetables WGR roll Blueberries</p>
<p>6 Milk WGR English muffins Jelly Apple sauce cups</p> <p>Milk BBQ chicken WGR roll Green beans Raspberries</p>	<p>7 Milk 100% WGR bagel Cream Cheese ½ Pear</p> <p>Milk Cheese ravioli & Meat Sauce 100% WGR roll Tossed salad Strawberries</p>	<p>8 Milk WGR corn muffin 100% grape juice</p> <p>Milk Roast beef & cheese sandwich Carrot sticks Macaroni Salad WGR bread Tangerine</p>	<p>9 Milk WGR cheerios Plum</p> <p>Milk Chicken Stir fry with Vegetables WGR rice Diced pineapple cup</p>	<p>10 Milk Cheese Sticks WGR graham Cracker 100 % Orange Juice</p> <p>Milk Beef burgers with cheese Corn WGR buns ½ Apple</p>
<p>13 Milk Rice Krispies Mandarin oranges</p> <p>Milk Sloppy Joe 100% WGR bun Corn Strawberries</p>	<p>14 Milk Cheese sticks WGR graham crackers Diced Pears</p> <p>Milk Chicken alfredo with linguine noodles Tossed salad Dressing Mixed fruit cups</p>	<p>15 Milk WGR Kix 100% White grape juice</p> <p>Milk Turkey & cheese sandwich Carrot sticks WGR bread Pasta salad ½ Orange</p>	<p>16 Milk 100% WGR bagel Cream cheese Applesauce</p> <p>Milk Chicken Caesar salad WGR croutons Parmesan cheese WGR roll Plum</p>	<p>17 Water & Milk Bbq hamburger Corn & baked beans WGR rolls Pasta salad Fruit cups</p> 
<p>20 Milk Rice Krispies ½ orange</p> <p>Milk WGR Lasagna roll with Marinara sauce Green beans Blueberries</p>	<p>21 Milk Yogurt WGR crackers Diced pear</p> <p>Milk Roast beef w/gravy WGR roll Mashed potatoes Strawberries</p>	<p>22 Milk WGR blueberry muffins Grapes</p> <p>Milk Turkey ham & Cheese sandwich WGR bread Celery sticks Macaroni Salad ½ Orange</p>	<p>23 Milk Cinnamon raisin WGR bagel Cream cheese Kiwi</p> <p>Milk Chicken taco Shredded lettuce and cheese corn WGR chip Raspberries</p>	<p>24</p> 
<p>27 CLOSED</p> 	<p>28 Cheese sticks WGR crackers Mixed Fruit</p> <p>Milk Turkey meatballs with gravy Sliced potatoes WGR roll Strawberries</p>	<p>29 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>	<p>30 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>31 Milk WGR English muffin Butter Mandarin oranges</p> <p>Milk Honey bbq chicken Peas WGR roll 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= Whole Grain Rich

WILMINGTON HEAD START, INC.
WWW.WILMHEADSTART.ORG
MENU DE MAYO DEL 2024

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Leche Panqué 100% de GIE con moras azules Frambuesas Leche Sandwich de pavo con queso Palitos de apio Pan de GIE Ensalada de pasta Mostaza/mayonesa Moras	2 Leche Yogur Galletas con canela de GIE ½ naranja Leche Conchas de GIE reellenas de queso en salsa Alfredo Brócoli ½ Pera	3 Leche Arroz Chex 100% jugo de manzana Leche Albóndigas con gravy Verduras mixtas Pan de GIE Moras azules
6 Leche Pan inglés de GIE Mermelada Puré de manzana Leche Pollo a la bbq Pan de GIE Ejotes Frambuesa	7 Leche Bagel 100% de GIE Queso crema ½ Pera Leche Ravioles con queso en salsa de carne Pan de GIE Ensalada mixta Fresas	8 Leche Panqué de elote de GIE 100% Jugo de uva Leche Sándwich de carne asada y queso Palitos de zanahoria Ensalada de macarrones pan de GIE Mandarina	9 Leche Cheerios de GIE Ciruela Leche Pollo con verduras estilo chino Arroz de GIE Piña en cubitos	10 Leche Palitos de queso Galleta con canela de GIE 100 % Jugo de Naranja Leche Hamburguesa de res con queso Elote Bollo de GIE ½ Manzana
13 Leche Rice Krispies Mandarina Leche Carne de res molida con tomate Bollo 100% DE GIE Maíz Fresas	14 Leche Palitos de queso Galletas con canela de GIE Pera picada Leche Fideos con pollo en salsa Alfredo Ensalada mixta Aderezo Fruta mixta	15 Leche Kix de GIE 100% Jugo de uva blanca Leche Sándwich de pavo y queso Palitos de zanahoria Pan de GIE Ensalada de pasta ½ Naranja	16 Leche Panecillo 100% de GIE Queso crema Puré de manzana Leche ensalada César con pollo Crutones de GIE Queso parmesano Pan de GIE Ciruela	17 Agua y leche Hamburguesa a la barbacoa Elote y frijoles horneados Pan de GIE Ensalada de pasta Vasito con fruta mixta Fiesta de Fin de Curso 
20 Leche Rice Krispies ½ naranja Leche Pan de lasaña de GIE con salsa marinara Ejotes Moras azules	21 Leche Yogur Galletas de GIE Pera picada Leche Carne asada con salsa Pan de GIE Puré de papa Fresas	22 Leche Panqué con moras azules de GIE Uvas Leche Sándwich de jamón de pavo y queso Pan de GIE Palitos de apio Ensalada de macarrones ½ Naranja	23 Leche Bagel de GIE con pasas y canela Queso crema Kiwi Leche tacos de pollo Lechuga rallada y queso Elote Totopos de GIE Frambuesas	24 
27 	28 palitos de queso Galletas de GIE Fruta mixta Leche Albóndigas de pavo con salsa Papas en rodajas Pan de GIE Fresas	29 Leche Panqué de moras azules 100% DE GIE Duraznos cortados en cubitos Leche Sándwich de jamón de pavo y queso Tallos de apio pan de GIE Ensalada de pasta Mostaza/mayonesa Ciruelas	30 Leche Pan con pasas y canela de GIE Mermelada Fruta mixta Leche Espaguetis de GIE con albóndigas de res y salsa de tomate Ensalada mixta Aderezo Uvas	31 Leche Panqué inglés de GIE Mandarinas Leche Pollo a la barbacoa con miel Chícharos Pan de GIE ½ Manzana

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