

Verner
EAST

June 10-14,
2019

RAINBOW IN MY TUMMY

SPRING & SUMMER

WEEK TWO

	BREAKFAST	LUNCH	SNACK
MONDAY	Gofres de grano entero *G Jarabe de fresas Arándanos Leche	Taco de pavo en una tortilla de grano entero *G Leche y tomate Maiz en la marzorca Salsa de mango Leche V: Temppeh Taco	Arboles de brocoli con yogur griego de eneldo *D Galleta salada de grano entero *G Agua
TUESDAY	Pancito integral *G Tortilla de huevos Cantalupo Leche	Pollo agridulce Arroz integral *G Edamame Piña Leche V: Sweet and Sour Blackeyes	Palitos de zanahoria Roots Hummus Galletas de grano entero *G Agua Infantes: Fruta tropical
WEDNESDAY	Magdalena de limón y frambuesa *G Fresas Leche	Triangulos de atún *D Pan de grano entero *G Bok Choy Sandia Leche V: Boiled Egg	Mariquitas en un barco: Rodajas de manzanas , Crema de semilla de girasoles, arándanos secos Agua
THURSDAY	Cereales KIX de grano entero Duraznos Leche	Pesto de espinaca y ensalada de pastas con queso mozzarella *G *D Berenjena al horno con salsa de marinara Mezcla de bayas Milk	Yogur de calabaza *D Galletas de graham de grano entero *G Agua
FRIDAY	Cereal de avena con canela y arce *G Plátanos Leche	Frittata de verduras *D Guisantes Pan integral *G Cantalupo Leche	Pan de pita de grano entero *G Salsa de mora y manzanas Agua

*G = Opcion sin gluten

V = opcion vegetarian

*D = Opcion sin lacteos

Fruit and Veggie Color Groups: **Red** • **Yellow/Orange** • **Blue/Purple** • **Green** • **White**

Milk Served
1 year olds: Whole
2-5 year olds: 1%

rainbow
- IN MY TUMMY -



Verner is an equal
opportunity provider.