

Verner
Central
Español

9/5 – 9/9,
2022

RAINBOW IN MY TUMMY

SPRING & SUMMER

SEMANA DOS

	DESAYUNO	ALMUERZO	TENTEMPÍE
LUNES		Cerrado todo el Día	
MARTES	Galleta Integral *G Salchicha De Pavo Fresas Leche <small>V: Empanada De Huevo</small>	Taco de pavo En tortilla de trigo *G Lechuga y tomate Frijoles refritos Salsa de mango Leche	Trail Mix con Arándanos Secos y Semillas de Girasol Mandarinas Agua
MIÉRCOLES	Cereal Cheerios de grano entero Duraznos Leche	Pollo agridulce arroz integral Brócoli Piña Leche <small>V: Ojos morados agridulcesofado de</small>	'Roots' Hummus Galletas Integrales *G Agua <small>Los enfants: fruta tropical</small>
JUEVES	Galleta Integral *G Empanada de Huevo Cantalupo Leche	Triángulos de atún *D Pan Integral *G Frijoles de mantequilla Fresas Leche <small>V: tofu al horno</small>	Rodajas De Manzana , Mantequilla Solar, Pasas Agua
VIERNES	Frambuesa Limón muffin de trigo integral *G Banano Leche	Ensalada de pasta con pesto de espinacas y queso mozzarella *G *D Ensalada De Tomate Y Pepino Arándanos Leche	Yogur de calabaza *D Galletas Graham integrales *G Agua <small>Infantes: taza de frutas</small>

*G = Opción sin gluten

*V = Opción vegetariana

*D = Opción sin lácteos

Frutas y Verduras: Rojo • Amarillo / Naranja • Azul / Púrpura • Verde • Blanco

Leche sin sabor servida
1 año: Leche entera
2-5 año: 1% de leche



Verner is an equal
opportunity provider.

Todo el yogurt contiene menos de 23 gramos de azúcar por 6 oz porción