

Verner East  
Español

11/21-11/25  
2022

# RAINBOW IN MY TUMMY

## SPRING & SUMMER

### SEMANA DOS

	DESAYUNO	ALMUERZO	TENTEMPÍE
LUNES	English Muffin Integral *G Mantequilla de manzana mandarinas Leche	Pizza de queso con masa integral *G*D Ensalada De Espinacas Con Aderezo Italiano Cantalupo Leche	Galletas Graham integrales *G Pasta De Zanahoria Y Jengibre *D Agua
MARTES	Cheerios multigrano *G arándanos Leche	Pilaf de pavo y cebada vegetariana Rodajas de manzana Patata dulce al horno Leche V: Lentejas Veggie Cebada Pilaf	Tiras de Pita de Trigo Integral *G Puré de manzana y moras Agua
MIÉRCOLES	<b>Verner</b>  <b>cerrado</b>  <b>por</b> <b>vacaciones</b>		
JUEVES			
VIERNES			

\*G = Opción sin gluten

\*V = Vegetarian Option

\*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