

MAY | 2026

Lake-Geauga United Head Start, Inc.



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
27 *Cereal Life, jugo, leche Ravioli de carne (CN), *pan, maíz, melón, leche *Galletas Graham, leche	28 Bagel, jugo, leche *Tiritas de pollo (CN), pure de papas, peras, leche Pretzels, leche	29 *Cereal Kix, jugo, leche Hamburguesa con queso en *pan, papitas, pina, leche *Galletas Goldfish, leche	30 *Waffle, jugo, leche Jamón en *pan, pepinos, rodajas de naranjas, leche *Tortilla chips, queso fundido, leche	1 NO HAY CLASES
4 Cereal Cocoa puffs, jugo, leche *Pizza de Pepperoni (CN), papas, pina, leche *Sun chips, leche	5 *Pancakes, jugo, leche Rigatoni & albóndigas, ensalada, mandarinas, leche *Cheese-its, leche	6 Cereal Cornflakes, jugo, leche *Quesadilla (CN), papas fritas de camote, plátano, leche *Galletas Graham, leche	7 Pan de canela, jugo, leche Carne Sloppy joe, *tortilla chips, apio, fruta tropical, leche Duraznos, yogurt de vainilla, agua	8 NO HAY CLASES
11 *Panecillo de arándanos, jugo, leche Fajitas con tortilla, maíz, mandarinas, leche *Galletas Goldfish, leche	12 *Cereal Life, jugo, leche *Bocadillos de Pizza (CN), chile verde morrón, pina, leche *Tortilla chips, queso fundido, leche	13 Yogurt de frambuesa, salchicha, leche Pollo BBQ, *pan, papas gratinadas, pure de manzana, leche Pan de maíz, leche	14 *Cereal Corn Chex (CN), Jugo, leche Bologna en *pan, pepinos, peras, leche Queso Cottage, duraznos, agua	15 NO HAY CLASES
18 *Cereal Kix, jugo, leche *Trocitos de pollo (CN), papas fritas, mangos, leche *Galletas Graham, leche	19 *Pan Frances tostado (CN), jugo, leche *Sándwich de albóndigas, melón, palitos de zanahorias, leche Pretzel suave, queso fundido, leche	20 Salchicha, rodajas de naranjas, leche *Sándwich de queso fundido, sopa de tomate, duraznos, leche Pan y jalea, leche	21 *Panecillo de manzana/canela, Fruta tropical, leche Pavo en *pan, apio, pure de manzana, leche Queso desert, leche	22 NO HAY CLASES
25 NO HAY CLASES	26 NO HAY CLASES	27 NO HAY CLASES	28 NO HAY CLASES	29 NO HAY CLASES

Noticias

Porciones para niños de 3-5 Años

Desayuno

Verdura, fruta o ambos ½ taza
 Granos 1/2 oz eq.
 Cereal: caliente ¼ vaso
 Cereal: (seco, frio)
 Hojuelas o redondo 1/2 vaso
 Hojuelas o redondo 1/2 vaso
 Granola 1/8 vaso
 Leche ¾ vaso

Almuerzo

Carnes o alternativos 1 ½ oz.
 Vegetales ¼ vaso
 Fruta ¼ vaso
 Granos ½ oz eq.
 Pasta cocida ¼ vaso
 Queso 1 ½ oz.
 Yogurt 6 oz.
 Leche Desnatada ¾ vaso

Bocadillo

Carnes o alternativos ½ oz.
 Queso ½ oz.
 Yogurt 2oz. o ¼ vaso
 Vegetales ½ vaso
 Fruta ½ vaso
 Granos ½ oz eq.
 Leche desnatada 4 oz.

Todos los jugos de fruta son 100% jugo

Si su niño(a) tiene alergias u otras condiciones relacionadas con la comida, favor de contactar a su trabajadora de familias.