

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Beef w/ Mushroom Gravy 1 Delmonico Potatoes Spring Vegetables Oatmeal Cream Cookie Wheat Bread/Milk	Mexican Chicken Chili 2 Elbow Macaroni Cabbage Fresh Orange Texas Bread/Juice/Margarine	Roast Beef with Gravy 3 Parsley Rice Broccoli Ranger Cookie Wheat Bread/Milk	Spaghetti Casserole 4 Green Beans Copper Pennies Fresh Banana Dinner Roll/Juice	Chef Salad 5 Cold Pickled Beets Saltine Crackers Lemon Pudding Milk
Spinach Chicken Patty 8 Chuckwagon Corn Country Tomatoes Fudge Cream Cookie Wheat Bread/Milk	Swedish Meatballs 9 Orzo Pasta Italian Green Beans Fresh Orange Wheat Bread/Juice	Breaded Chicken Patty 10 Black-Eyed Peas Brussels Sprouts Fruited Cherry Gelatin Dinner Roll/Milk	Bacon and Eggs 11 New Potatoes Spinach Fresh Banana Biscuit/Juice/Margarine	Turkey Breast w/ Gravy 12 Cornbread Dressing Broccoli Cinnamon Sugar Cookie Multi Grain Bread/Milk
Beef w/ Burgundy Sauce 15 Whipped Potatoes Capri Vegetables Rice Crispy Bar Dinner Roll/Milk	Soft Chicken Taco 16 Pinto Beans Spanish Rice Creamsicle Pudding Juice/Taco Sauce	Turkey & Cheese on Bun 17 Lettuce and Tomato Macaroni Salad Oatmeal Cookie Milk/Mustard	Lemon Pepper Chicken 18 Lima Beans Glazed Carrots Fruited Orange Gelatin Wheat Bread/Juice	BBQ Pork Ribette* 19 Potato Salad Italian Green Beans Peach Cobbler Dinner Roll/Milk
Turkey Cacciatore 22 Bowtie Pasta Italian Vegetables Fresh Orange Texas Bread/Milk/Margarine	Breaded Chicken Patty 23 Ranch Style Beans Chuckwagon Corn Nuttty Buddy Dinner Roll/Juice	Sloppy Joe on Bun 24 Carrot Raisin Salad Tater Gems Hot Sliced Peaches Milk	Breaded Fish 25 Macaroni and Cheese Green Beans Fresh Banana Wheat Bread/Juice Tartar Sauce	Smoked Sausage* 26 Cajun Rice Kidney Beans Fruited Lime Gelatin Corn Muffin/Milk/Margarine
Country Fried Steak/Gravy 29 Garlic Whipped Potatoes Squash/Zucchini/Tomatoes Fudge Cream Cookie Wheat Bread/Milk	Turkey Tetrazzini 30 Green Peas Beef Braised Carrots Fresh Orange Wheat Bread/Juice	Please note you will receive a shelf stable meal June 23 rd or June 24 th which is to be eaten July 3 rd . We will be closed July 3 rd in order to observe Independence Day.		

NUTRITION INFORMATION: Proper nutrition and hydration are key elements that can possibly prevent hospitalizations or even placement in long-term care facilities. Our menus are designed to meet a minimum of 1/3 daily nutritional requirements for older adults as required by the state of Texas. This equates to 3 ounces of protein, 2-3 servings of fruits and vegetables, 1 serving of grain, and 1 serving of milk. For more nutritional information, please visit our resource page.



Note: *contains pork

Due to unavailability of certain items, appropriate substitutions may need to be used.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Carne de res con gravy 1 Papas Delmonicos Vegetales de primavera Galleta de avena y crema Pan de trigo Leche	Chili mexicano con pollo 2 Sopa de coditos Col Naranja Pan de Texas/margarina Jugo	Rosbif 3 Arroz de perejil Brócoli Galleta de avena Pan de trigo Leche	Guiso de espagueti 4 Frijoles verdes Zanahorias dulce Banana Panecillo Jugo	Ensalada mixta 5 Remolacha fría en vinagre Galletas de soda Pudín de limón Leche
Pollo con espinaca 8 Maíz con pimientos Tomates country Galleta Pan de trigo Leche	Albóndigas suecas 9 Pasta orzo Frijoles verdes italianos Naranja Pan de trigo Jugo	Pollo al horno con gravy 10 Frijoles de ojos negros Col de Bruselas Gelatina de cereza con fruta Panecillo Leche	Tocino de pavo 11 Empanada del huevo Papas asadas Espinaca Banana Bizcocho/jugo/margarina	Pechuga de pavo 12 Aderezo de pan de maíz Brócoli Galleta Pan integral Leche
Carne de res con salsa 15 borgoña Papas batidas Vegetales de capri Barra de rice crispy Panecillo/leche	Carne de fajita de pollo 16 Frijoles pintos Arroz español Pudín creamsicle Tortilla de harina Jugo/Taco Sauce	Pechuga de pavo en 17 rodajas/queso suizo Lechuga y tomate Ensalada macarrones Galleta de avena Panecillo káiser/leche	Pollo al limón y pimenta 18 Habas Zanahorias glaseadas Gelatina de naranja con fruta Pan de trigo Jugo	Hamburguesa de costilla 19 de cerdo a la barbacoa* Ensalada papas Frijoles verdes italiano Crocante de melocotón Panecillo/leche
Pavo estofado 22 Pasta bowtie Vegetales italiano Naranja Pan de Texas Leche/margarina	Pollo a la barbacoa 23 Frijoles rancheros Maíz con pimienta Barra de Nutty Buddy Panecillo Jugo	Sandwich de carne picada 24 y chile Ensalada de zanahorias y uvas pasas Papas fritas Melocotones calientes/leche	Pescado empanizado 25 Nacarones y queso Frijoles verdes Banana Pan de trigo Jugo/tartar sauce	Salchicha ahumada* 26 Arroz cajun Frijoles rojas Gelatina de lima con fruta Muffin da maíz Leche/margarina
Bistec frito country 29 Papas batidas al ajo Calabaza/calabacín/tomates Galleta Pan de trigo Leche	Tetrzzini de pavo 30 Guisantes Zanahorias cocido a fuego lento con carne Naranja Pan de trigo/jugo	Atención: usted recibirá una plataforma estable comida el 23 de junio o 24 de junio que debe ser comido el 3 du Julio. Estaremos cerrados el 3 de julio para observar el día de la independencia.		

Información nutrición: Una nutrición e hidratación adecuadas son elementos claves para poder posiblemente prevenir hospitalizaciones o internaciones a largo plazo. Nuestros menús están diseñados para cumplir con una 1/3 parte de los requisitos nutricionales diarios para adultos mayores, tal como lo establece el Estado de Texas. Esto equivale a 3 onzas de proteínas, 2-3 porciones de frutas y verduras, 1 porción de granos y una de leche. Para más información nutricional, por favor visite nuestra página vnatexas.org.

