

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Breaded Chicken Patty 2 Penne Pasta w/ Parsley Italian Vegetable Blend Nutty Buddy Bar Breadstick/Milk	Hot Dog on Bun 3 Baked Beans Whole Kernel Corn Creamsicle Pudding Milk/Mustard/Ketchup	4 CLOSED FOR HOLIDAY <i>Please eat your shelf stable meal delivered last week</i>	Turkey Croissant Sandwich 5 Lettuce/Tomato/Cheese Glazed Fruit Fig Bar Juice/Mustard	Hamburger on Bun 6 Lettuce/Tomato/Cheese Potato Wedges Hot Spiced Apples Milk/Mustard/Ketchup
Country Fried Steak 9 Whipped Potatoes Okra & Tomatoes Fresh Orange Milk	Ham & Lima Beans* 10 Cajun Rice Turnip Greens Mud Pie Pudding Corn Muffin/Juice/Margarine	Breaded Chicken Patty 11 Cut Yams Italian Green Beans Peanut Butter Cookie Wheat Bread/Milk	Sweet & Sour Meatballs 12 Fried Rice Japanese Vegetables Sliced Pears Wheat Bread/Juice	Breaded Fish Filet 13 Hashbrown Casserole Coleslaw Cranberry Crisp Dinner Roll/Milk
Soft Chicken Taco 16 Cilantro Lime Rice Refried Beans Gingerbread Cookie Milk	Spaghetti & Meatballs 17 Braised Carrots Green Peas Chocolate Swirl Pudding Juice	Dijon Turkey Breast 18 Cheesy Potatoes Broccoli Fresh Apple Dinner Roll/Milk	Chicken Salad Sandwich 19 Three Bean Salad Carrot Raisin Salad Lemon Fruited Gelatin Juice	Hamburger on Bun 20 Lettuce/Tomato/Onion Scalloped Potatoes Apple Crisp Milk
Chicken Broccoli Alfredo 23 Spinach Braised Carrots Chocolate Pudding Breadstick/Milk	Mushroom Beef Patty 24 Rice Florentine Spring Vegetables Peanut Butter Cookie Dinner Roll/Juice	Breaded Chicken Patty 25 Sweet Potato Casserole Brussels Sprouts w/ Lemon Ambrosia Salad Dinner Roll/Milk	Mexican Chili 26 Buttered Rice Country Corn Lime Fruited Gelatin Dinner Roll/Juice	BBQ Pork Ribette* 27 Tater Tot Casserole Italian Green Beans Fudge Creme Cookie Dinner Roll/Milk
Chicken Pot Pie 30 Mashed Spiced Yams Spinach Fresh Apple Texas Bread/Milk	Baked Beef Ziti 31 Whole Kernel Corn Broccoli Strawberry Fruited Gelatin Wheat Bread/Juice			

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
Pollo con queso 2 Mozzarella Pasta penne con perejil Mezcla de verduras Barra Nutty Buddy Palito de pan/leche	Perro caliente 3 Frijoles horneados Maíz desgranado Pudín cremoso Pan para perro caliente Leche/mostaza/condimento	Día festivo – cerrado 4 Por favor, comer su comida estable del estante entregado la semana pasada.	Pechuga de pavo tajado 5 Lechuga y tomate Fruta glaseada Barra de higo Pan Croissant Jugo/mostaza	Hamburguesa 6 Lechuga/tomate/cebolla Papas en porciones Manzanas calientes Pan para hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Filete campestre frito 9 Puré de papas Okra y tomates Naranja Panecillo Leche	Jamón y frijoles lima* 10 Arroz Cajun Hojas de nabos Pudín Mud Pie Mofin de pan de maíz Jugo/margarina	Fritura apanada de pollo 11 Batatas en trozos Judías verdes italianas Galleta Pan de trigo Leche	Albóndigas agridulces 12 Arroz frito Mezcla de verduras Peras tajadas Pan de trigo Jugo	Pescado apanado 13 Cazuela de papas en picadillo Ensalada de repollo Postre de arándano Panecillo/leche/salsa tártara
Pollo para fajitas 16 Arroz con cilantro limón Frijoles refritos Galleta de jengibre Tortilla de harina Leche	Alombadas con salsa de espaguetis 17 Zanahorias al fuego lento Guisantes verdes Pudín de chocolate Pan de trigo/jugo	Pechuga de pavo 18 Papas con queso Brócoli sazonado Manzana Panecillo Leche	Ensalada de pollo 19 Ensalada frijoles Ensalada de zanahoria con pasas de uva Gelatina sabor a limón Pan de trigo/jugo	Hamburguesa 20 Lechuga/tomate/cebolla Papas gratinadas Postre de manzanas Pan para hamburguesa Leche
Pollo Alfredo con pasta 23 y brócoli Espinacas Zanahorias al fuego lento Pudín de chocolate Pudín de pan/leche	Fritura de carne 24 Arroz Florentina Mezcla de verduras Galleta Panecillo Jugo	Fritura apanda de pollo 25 Cazuela de batatas Repollitas Ensalada Ambrosia Panecillo Leche	Chili mejicano 26 Arroz con mantequilla Maíz campestre Gelatina sabor a limón Panecillo Jugo	Fritura de costilla de cerda asada* 27 Cazuela de papas en trozos Judías verdes italianas Galleta Panecillo/Leche
Tarta de pollo 30 Puré de batatas condimentadas Espinacas Manzana Pan tejano/leche	Carne con pasta Ziti 31 Maíz desgranado Brócoli Gelatina sabor a fresa Pan de trigo Jugo			

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.

