

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	Please note there will be no meal delivery March 6th, 2019 due to a special event. Please plan to consume your shelf stable meal that we will deliver to you during the last week of February.			Hamburger on Bun Lettuce/Tomato/Onion Tater Tot Casserole Apple Raisin Compote Milk/Mustard/Ketchup1
Grilled Pork Patty Delmonico Potatoes Beef Braised Carrots Oatmeal Cream Cookie Dinner Roll/Milk4	Chicken Meatballs Jasmine Rice Broccoli Fresh Orange/Fortune Cookie Dinner Roll/Milk5	Pizza Casserole Squash Medley Italian Green Beans Fruited Orange Gelatin Wheat Bread/Milk6	Hot Turkey Pastrami Oven Roasted Potatoes Broccoli Butterscotch Swirl Pudding Juice7	Baked Chicken Breast Black-Eyed Peas Mixed Greens Cinnamon Sugar Cookie Corn Muffin/Milk8
Bruschetta Meatballs Cheesy Pasta Shells Italian Vegetables Oreo Cookie Texas Bread/Milk11	Texas Chili w/ Beans Chuckwagon Corn Beef Braised Carrots Fresh Orange Saltine Crackers/Milk12	Breaded Chicken Patty Broccoli Rice Casserole Italian Green Beans Fruited Cherry Gelatin Wheat Bread/Milk13	Happy Valentine's Day! Honey Grilled Pork Rosemary Potatoes Broccoli w/ Red Peppers Brownie Dinner Roll/Milk14	Hamburger on Bun Lettuce/Tomato/Onion Ranch Style Beans Apple Crisp Milk/Mustard/Ketchup15
Breaded Fish Filet Parsleyed Rice Rosemary Carrots Fresh Apple Wheat Bread/Milk18	Mexican Casserole Pinto Beans Stewed Tomatoes Ranger Cookie Wheat Bread/Milk19	Swiss Steak Oven Roasted Potatoes Catalina Vegetables Cinnamon Swirl Pudding Dinner Roll/Milk20	Baked Ziti Broccoli Sliced Carrots Brownie Wheat Bread/Juice21	BBQ Pork on Bun* Whole Kernel Corn Brussels Sprouts Fruited Lemon Gelatin Milk22
Chicken Broccoli Alfredo Herbed Green Peas Country Tomatoes Nuttty Buddy Bar Wheat Bread/Milk25	Soft Beef Taco Spanish Rice Refried Beans Fruited Orange Gelatin Milk/Taco Sauce26	Breaded Chicken Patty Scalloped Potatoes Green Beans Fresh Orange Wheat Bread/Milk27	Turkey Breast w/ Gravy Black-Eyed Peas Mixed Greens Creamsicle Pudding Corn Muffin/Juice28	
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
	Tenga en cuenta que no haremos entrega de comidas el 6 de marzo debido a un evento especial. Por favor planee en consumir su comida del estante que le enviaremos durante la última semana de febrero.			Hamburguesa Lechuga, tomate y cebolla Cazuela de Tater Tot Pan para hamburguesa Compota de manzana Leche/mostaza/cátsup 1
Fritita de cerdo Papas Delmonico Zanahorias cocidas Galleta de avena cremosa Panecillo Leche 4	Albóndigas de pollo Arroz Jazmín Brócoli Naranja/Galleta de la fortuna Panecillo Pan de trigo/leche 5	Platillo de pizza Mezcla de calabacitas Judías verdes italianas Gelatina de naranja Pan de trigo Leche 6	Pavo pastrami al horno Papas asadas al horno Brócoli Pudin de dulce de caramelo Panecillo Jugo 7	Pollo al horno en salsa Frijoles Black-Eyed Mezcla de lechugas Galleta de canela y azúcar Pan de elote Leche 8
Albóndigas de pollo Conchitas con queso Mezcla de verduras Galletas Oro Pan tejano Leche 11	Chili de carne Mezcla de elote y verduras Zanahorias cocidas Naranja Galletas saladas Leche 12	Fritura apanada de pollo Platillo de arroz y brócoli Judías verdes italianas Gelatina de cereza Pan de trigo Leche 13	<i>¡Día de San Valentín Feliz!</i> Carne de cerdo* Papas al romero Brócoli con pimientos rojos Galleta de chocolate Panecillo Leche 14	Hamburguesa Lechuga, tomate y cebolla Frijoles rancheros Postre de manzana Pan para hamburguesa Leche/mostaza/cátsup 15
Abadejo empanizado Arroz con perejil Zanahorias con perejil Manzana Pan de trigo Leche/salsa tártara 18	Platillo de quesadilla Frijoles pinto Tomates cocidos Galleta Ranger Pan de trigo Leche 19	Filete Suizo Papas asadas al horno Mezcla de verduras Pudin de Canela Panecillo Leche 20	Ziti de tres quesos Brócoli Zanahorias rebanadas Galleta de chocolate Pan de trigo Jugo 21	Asado de puerco Maíz desgranado Repollitos Gelatina de lima Pan para hamburguesa Leche 22
Pollo Alfredo Guisantes verdes Tomates campestres Barra Nutty Buddy Pan de trigo Leche 25	Carne para tacos Arroz español Frijoles refritos Gelatina de naranja Tortilla de harina Leche/Salsa para tacos 26	Fritura apanada de pollo Papas gratinadas Ejotes Naranja Pan de trigo Leche 27	Pechuga de pavo Frijoles Balck-Eyed Mezcla de lechugas Pudin cremoso Pan de elote Jugo 28	
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.				