

LUNCH JUNE 2019

VNA Meals on Wheels

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Pork Ribette on Bun* Parsleyed Rice Italian Green Beans Gingerbread Cookie Milk	Spaghetti & Meatballs Glazed Carrots Broccoli Fruited Cherry Gelatin Texas Bread/Milk	Honey Glazed Turkey Au Gratin Potatoes Glazed Beets Lemon Pudding Wheat Bread/Milk	Chicken Alfredo Green Peas Country Tomatoes Fresh Orange Wheat Bread/Juice	Hamburger on Bun Lettuce/Tomato/Onion Tater Tot Casserole Hot Cinnamon Applesauce Milk/Mustard/Ketchup
Turkey Pot Pie Broccoli Country Tomatoes Ranger Cookie Dinner Roll/Milk	Creole Beef Patty Cajun Rice Mixed Greens Fresh Orange Wheat Bread/Milk	Baked Chicken Breast Mashed Spiced Yams Spring Vegetables Fruited Strawberry Gelatin Wheat Bread/Milk	Turkey Pastrami on Rye Lettuce & Tomato Herbed Potato Salad Fig Bar Juice/Mustard	<i>Father's Day Meal</i> Meatloaf w/ Brown Gravy Red-Skin Whipped Potatoes Catalina Vegetables Brownie Dinner Roll/Milk
Breaded Chicken Patty Macaroni & Cheese Mixed Vegetables Nuttty Buddy Bar Breadstick/Milk	Soy Ginger Pork Patty* Egg Fried Rice Japanese Vegetables Fresh Fruit Wheat Bread/Milk	Smoked Sausage on Bun* Potato Salad Baked Beans Spiced Pineapple Tidbits Milk/Mustard	King Ranch Chicken Broccoli Parsley Carrots Chocolate Pudding Wheat Bread/Juice	Hamburger on Bun Lettuce & Tomato Baked Beans Hot Fruit Compote Milk/Mustard/Ketchup
Turkey Tetrazzini Mixed Vegetables Brussels Sprouts Chocolate Chip Cookie Wheat Bread/Milk	Meatloaf w/ Tomato Gravy Garlic Whipped Potatoes Herbed Green Peas Vanilla Oreo Pudding Multi Grain Bread/Milk	Apricot Baked Chicken Rice Florentine California Vegetables Fruited Cherry Gelatin Texas Bread/Milk	Tuna Salad Pasta Salad Marinated Beet Salad Fudge Cream Cookie Saltine Crackers/Juice	Ham & Lima Beans* Stewed Tomatoes Collard Greens Fresh Orange Milk/Margarine
Special Note: Please note you will receive a shelf stable meal the last week of June to be consumed July 4 th . We will be closed July 4 th 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
Fritata de cerdo asada* 3 Arroz al perejil Judías verdes italiano Galleta de jengibre Pan de hamburguesa Leche	Espagueti con albóndigas 4 Zanahorias glaseadas Brócoli Gelatina de cereza Pan tejano Leche	Pavo glaseado 5 Papas gratinadas Remolachas glaseadas Pudín de lima Pan de trigo Leche	Pollo Alfredo 6 Guisantes Tomates campestres Naranja Pan de trigo Jugo	Hamburguesa 7 Lechuga/tomate/cebolla Croquetas de papa Compota de manzana Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Tarta de pavo 10 Brócoli Tomates Country Galleta Ranger Panecillo Leche	Carne Creole 11 Arroz Cajun Mezcla de lechugas Naranja Pan de trigo Leche	Pollo al horno 12 Pure de batatas Mezcla de verduras Gelatina de fresa Pan de trigo Leche	Pavo Pastrami 13 Lechuga y tomate Ensalada de papa Barra de higo Pan integral (2) Jugo/Mostaza	<i>La comida del día del padre</i> Pan de carne 14 Pure de papas Mezcla de verduras Panecito de chocolate Panecillo Leche
Pollo parmesano 17 Macarrones con queso Mezcla de verduras Barra Nutty Buddy Palito de pan Leche	Fritata de cerdo* 18 Arroz frito Verduras Japonesas Fruta Pan de trigo Leche	Salchicha ahumada* 19 Ensalada de papa Frijoles al horno Trocitos de pina Pan Leche/mostaza	Platillo do pollo 20 Brócoli Zanahorias con perejil Pudín de chocolate Pan de trigo Jugo	Hamburguesa 21 Lechuga y tomate Frijoles al horno Compota de frutas Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Tetrassini de pavo 24 Verduras mixtas Repollitos Galleta Pan de trigo Leche	Pan de carne 25 Pure de papas con ajo Ejotes Pudín de vainilla Pan integral Leche	Pollo al horno 26 Arroz a la florentina Mezcla de verduras Gelatina de cereza Pan Tejano Leche	Ensalada da atún 27 Ensalada de pasta Ensalada de remolachas Galleta de chocolate Galletas saladas Jugo	Jamón y habas* 28 Tomates cocidos Col Naranja Panecillo de elote Leche/Margarina

Nota: tenga en cuenta la última semana de junio para ser consumido el 4 de julio, recibirá una comida estable plataforma. Se cerrará el 4 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.

