

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
				Hamburger on Bun Lettuce/Tomato/Onion Potato Wedges Hot Spiced Peaches Milk/Mustard/Ketchup 1
Beef Burgundy Patty 4 Rice Pilaf Squash Medley Fresh Pear Wheat Bread/Milk	Breaded Fish Sandwich 5 Whole Kernel Corn Medley Cabbage Oatmeal Cookie Milk/Tartar Sauce	No Meal Delivery 6 <i>Please eat your shelf stable meal delivered last week</i>	Chicken Caesar Sandwich 7 Pasta Florentine Parsleyed Carrots Caramel Vanilla Pudding Juice	Glazed Ham* 8 Lima Beans Okra & Tomatoes Fudge Cream Cookie Corn Muffin/Milk
Turkey Cheesy Spaghetti 11 Seasoned Cauliflower Country Tomatoes Gingerbread Cookie Breadstick/Milk	Shredded Pork Taco* 12 Charro Beans Fiesta Vegetables Pineapple Pudding Milk/Taco Sauce	BBQ Chicken Breast 13 Macaroni & Cheese Brussels Sprouts Fresh Orange Texas Bread/Milk	Turkey Gumbo 14 Cajun Rice Spinach Fruited Strawberry Gelatin Saltine Crackers/Juice	St. Patrick's Day Meal 15 Hot Turkey Pastrami Steamed Rice Medley Cabbage Lime Swirl Pudding Dinner Roll/Milk
Grilled Pork Patty* 18 Delmonico Potatoes Beef Braised Carrots Oatmeal Cream Cookie Dinner Roll/Milk	Chicken Teriyaki 19 Fried Rice Japanese Vegetables Hot Cinnamon Applesauce Breadstick/Milk	Pizza Casserole* 20 Squash Medley Italian Green Beans Fruited Orange Gelatin Wheat Bread/Milk	Hot Turkey Pastrami 21 Oven Roasted Potatoes Broccoli Butterscotch Swirl Pudding Dinner Roll/Juice	Smoked Sausage on Bun* 22 Baked Beans Spring Vegetables Ranger Cookie Milk/Mustard
Bruschetta Meatballs 25 Cheesy Pasta Shells Italian Vegetables Oreo Cookies Texas Bread/Milk	Texas Chili w/ Beans 26 Chuckwagon Corn Beef Braised Carrots Fresh Orange Saltine Crackers/Milk	Breaded Chicken Patty 27 Broccoli Rice Casserole Italian Green Beans Fruited Cherry Gelatin Wheat Bread/Milk	Cheese Omelet 28 Hashbrown Potatoes Stewed Tomatoes Fig Bar Biscuit/Juice	Hamburger on Bun 29 Lettuce/Tomato/Onion Ranch Style Beans Apple Crisp Milk/Mustard/Ketchup

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
				Hamburguesa ¹ Lechuga, tomate y cebolla Papas en pociones Pan para hamburguesa Postre de durazno Leche/mostaza/cátsup
Carne Burgundy ⁴ Arroz Pilaf Mezcla de calabacitas Pera Pan de trigo Leche	Pescado empanizado ⁵ Maiz desgranado Mezcla de repollo Galleta de avena Pan para hamburguesa Leche/salsa tartara	Cerrado ⁶ Por favor, como su comida estable del estante entregada la semana pasada	Pollo picado sazonado ⁷ Pasta Florentina Zanahorias con perejil Pudín de caramelo y vainilla Pan de Viena Jugo	Jamon glaseado* ⁸ Habas Okra con tomates Galleta Pan de elote Leche
Espagueti de pavo ¹¹ Coliflor sazonado Tomates campestres Galleta de jengibre Palito de pan Leche	Canitas de cerdo* ¹² Frijoles charros Verduras fiesta Gelatina de pina Tortilla de harina Leche/salsa para tacos	Pechuga de pollo asada ¹³ Macarrones con queso Repollitos Naranja Pan tejano Leche	Gumbo de pavo ¹⁴ Arroz Cajun Espinacas Gelatina de fresa Galletas saladas Jugo	Pavo pastrami al horno ¹⁵ Arroz Mezcla de repollo Pudín de limon Panecillo Leche
Fritata de cerdo* ¹⁸ Papas Delmonico Zanahorias cocidas Galleta de avena cremosa Panecillo Leche	Pollo teriyaki con pina ¹⁹ Arroz frito Verdura japonesa Compota de manzana Crujiente de manzana Leche	Platillo de pizza* ²⁰ Mezcla de calabacitas Judias verdes italianas Gelatina de naranja Pan de trigo Leche	Pavo pastrami al horno ²¹ Papas asadas al horno Brocoli Pudín de dulce de caramelo Panecillo Jugo	Salchicha ahumada* ²² Frijoles horneados Mezcla de verduras Galleta Ranger Pan de perro caliente Leche/mostaza
Albondigas de pollo ²⁵ Conchitas con queso Mezcla de verduras Galletas Oreo Pan tejano Leche	Chili de carne ²⁶ Maiz desgranado Zanahorias cocidas Naranja Galletas saladas Leche	Fritura apanada de pollo ²⁷ Platillo de arroz y brocoli Judias verdes italianas Gelatina de cereza Pan de trigo Leche	Omelete de queso ²⁸ Papas en picadillo Tomates cocidos Barra de higo Panecillo Jugo	Hamburguesa ²⁹ Lechuga, tomate y cebolla Frijoles rancheros Pan para hamburguesa Postre de manzana Leche/mostaza/cátsup

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.

