

LUNCH AUGUST 2020

VNA Meals on Wheels

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Turkey Tetrazzini Catalina Vegetables Brussels Sprouts Chocolate Chip Cookie Wheat Bread/Milk 3	Breaded Chicken Breast Parsleyed Rice California Vegetables Cherry Gelatin w/ Peaches Wheat Bread/Milk 4	Tuna Salad Pasta Salad Beet Salad Oatmeal Cream Cookie Saltine Crackers/Milk 5	Meatloaf/Tomato Gravy Ranch Whipped Potatoes Herbed Green Beans Cinnamon Swirl Pudding Multi Grain Bread/Juice 6	Ham & Lima Beans* Stewed Tomatoes Cabbage Fresh Orange Corn Muffin/Milk/Margarine 7
Southwest Chicken Pinto Beans Country Tomatoes Butterscotch Swirl Pudding Texas Bread/Milk 10	Smoked Sausage on Bun* Black-Eyed Peas Country Vegetables Lime Gelatin w/ Pears Milk/Mustard 11	Salisbury Steak/Gravy Whipped Potatoes Italian Green Beans Sugar Cookie Dinner Roll/Milk 12	Meatballs Marinara Penne Pasta Peas & Carrots Fresh Apple Breadstick/Juice 13	Hamburger on Bun Lettuce & Tomato Ranch Style Beans Apple Crisp Milk/Mustard/Ketchup 14
Beef & Spanish Rice Chuckwagon Corn Cauliflower Chocolate Chip Cookie Wheat Bread/Milk 17	BBQ Pork on Bun* Macaroni & Cheese Steamed Cabbage Craisins Milk 18	Chicken Breast w/ Gravy Scalloped Potatoes Braised Carrots Strawberry Gelatin w/ Fruit Dinner Roll/Milk 19	Hot Dog on Bun Baked Beans Coleslaw Peach Cobbler Juice/Mustard 20	Margarita Chicken Breast Mexican Rice Broccoli Creamsicle Pudding Wheat Bread/Milk 21
BBQ Pork Ribette* Parsleyed Rice Italian Green Beans Gingerbread Cookie Dinner Roll/Milk 24	Pasta w/ Meatballs Sliced Carrots Broccoli Cherry Gelatin w/ Peaches Texas Bread/Milk 25	Honey Glazed Turkey Red-Skin Whipped Potatoes Glazed Beets Strawberry Swirl Pudding Multi Grain Bread/Milk 26	Chicken Broccoli Alfredo Peas & Carrots Country Tomatoes Fresh Orange Texas Bread/Juice 27	Hamburger on Bun Lettuce & Tomato Tater Tot Casserole Oatmeal Cream Cookie Milk/Mustard/Ketchup 28
Turkey Pot Pie Broccoli Country Tomatoes Cinnamon Crisp Bar Dinner Roll/Milk 31				

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.



Meals on Wheels
Hospice & Palliative Care

214-689-2200

Note: *contains pork

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Tetrassini de pavo Mezcla de verduras Repollitos Galleta Pan de Trigo Leche 3	Fritata de pollo asado Arroz al perejil Mezcla de verduras Gelatina de cereza Pan de Trigo Leche 4	Ensalada de atún Ensalada de pasta Ensalada de betabel Galleta de avena cremosa Galletas saladas Leche 5	Pan de carne Pure de papa Judías verdes Pudín de canela Pan integral Jugo 6	Jamón y habas* Tomates cocidos Repollo Naranja Panecillo de elote Leche 7
Pollo con verduras Frijoles pintos Tomates campestres Pudín de caramelo Pan tejano Leche 10	Salchicha ahumada* Frijoles Black-Eyed Verduras campestres Gelatina de limón con peras Pan para hot dog Leche/mostaza 11	Carne Salisbury Pure de papa Judías verdes italianas Galleta de azúcar Panecillo Leche 12	Albóndigas de pollo Pasta Penne al parmesano Guisantes y zanahorias Manzana Palito de pan de trigo Jugo 13	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles Postre de manzana Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup 14
Carne con arroz español Elote con verduras Coliflor Galleta Pan de Trigo Leche 17	Carnitas de puerco* Macarrones con queso Mezcla de repollo Arándanos rojos secos Pan de hamburguesa Leche 18	Fritata de pollo en salsa Papas gratinadas Zanahorias cocidas Gelatina de fresa con pina Panecillo Leche 19	Perro caliente Frijoles horneados Ensalada de repollo Postre de durazno Pan para hot dog Jugo/mostaza 20	Pollo a la Margarita Arroz mexicano Brócoli Pudín cremoso Pan de Trigo Leche 21
Fritata de cerdo asada* Arroz al perejil Judas verdes italianas Galleta de jengibre Panecillo Leche 24	Pasta con albóndigas Zanahorias Brócoli Gelatina de cereza don frutas Pan tejano Leche 25	Pavo glaseado Pure de papa Remolachas glaseadas Pudín de fresa Pan Integral Leche 26	Pollo Alfredo Guisantes y zanahorias Tomates campestres Naranja Pan tejano Jugo 27	Hamburguesa Lechuga y tomate Croquetas de papa Galleta de avena cremosa Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup 28
Pastel de pavo Brócoli Tomates campestres Barra de canela Panecillo Leche 31				

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.



Meals on Wheels
Hospice & Palliative Care

214-689-2200

Nota: *contiene cerdo

Debido a la disponibilidad de ciertos productos, substitución apropiada pudiera ser utilizada.