

LUNCH JUNE 2020

VNA Meals on Wheels

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
BBQ Pork Ribette* 1 Parslied Rice Italian Green Beans Gingerbread Cookie Dinner Roll/Milk	Pasta w/ Meatballs 2 Glazed Carrots Broccoli Cherry Gelatin w/ Peaches Texas Bread/ Milk	Honey Glazed Turkey 3 Red-Skin Whipped Potatoes Glazed Beets Strawberry Swirl Pudding Multi Grain Bread/Milk	Chicken Broccoli Alfredo 4 Peas & Carrots Country Tomatoes Fresh Orange Texas Bread/Juice	Hamburger on Bun 5 Lettuce & Tomato Tater Tot Casserole Oatmeal Cream Cookie Milk/Mustard/Ketchup
Turkey Pot Pie 8 Broccoli Country Tomatoes Cinnamon Crisp Bar Dinner Roll/Milk	Creole Beef Patty 9 Cajun Rice Mixed Greens Fresh Orange Wheat Bread/Milk	Breaded Fish Filet 10 Whipped Potatoes Spring Vegetables Strawberry Gelatin w/ Fruit Wheat Bread/Milk	Turkey Pastrami on Rye 11 Lettuce & Tomato Potato Salad Fudge Cream Cookie Juice/Mustard	Soft Beef Taco 12 Charro Beans Beef Braised Carrots Brownie Milk/Taco Sauce
Breaded Chicken Patty 15 Macaroni & Cheese Mixed Vegetables Nutty Buddy Bar Texas Bread/Milk	Thai Chili Pork Patty* 16 Egg Fried Rice Japanese Vegetables Fresh Apple Wheat Bread/Milk	Swiss Steak 17 Garlic Whipped Potatoes Italian Green Beans Lemon Gelatin w/ Pineapple Dinner Roll/Milk	King Ranch Chicken 18 Broccoli Parslied Carrots Chocolate Pudding Wheat Bread/Juice	<i>Father's Day Meal</i> 19 Hamburger on Bun Lettuce & Tomato Baked Beans Hot Cinnamon Applesauce Milk/Mustard/Ketchup
Turkey Tetrazzini 22 Catalina Vegetables Brussels Sprouts Chocolate Chip Cookie Wheat Bread/Milk	Tuna Salad 23 Pasta Salad Beet Salad Oatmeal Cream Cookie Saltine Crackers/Milk	Breaded Chicken Patty 24 Parslied Rice California Vegetables Cherry Gelatin w/ Peaches Wheat Bread/Milk	Meatloaf w/ Tomato Gravy 25 Ranch Whipped Potatoes Herbed Green Beans Cinnamon Swirl Pudding Multi Grain Bread/Juice	Ham & Lima Beans* 26 Stewed Tomatoes Steamed Cabbage Fresh Orange Corn Muffin/Milk/Margarine
Southwest Chicken 29 Pinto Beans Country Tomatoes Butterscotch Swirl Pudding Texas Bread//Milk	Smoked Sausage on Bun* 30 Black-Eyed Peas Country Vegetables Lime Gelatin w/ Peaches Milk/Mustard			

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 asado* 1 Arroz al perejil Judías verdes italianas Galleta de jengibre Panecillo Leche	Pasta con albóndigas 2 Zanahorias glaseadas Brócoli Gelatina con duraznos Pan tejano Leche	Pavo glaseado 3 Pure de papa Remolachas glaseadas Pudín de fresa Pan integral Leche	Pollo Alfredo con brócoli 4 Guisantes y zanahorias Tomates campestres Naranja Pan tejano Jugo	Hamburguesa 5 Lechuga y tomate Croquetas de papa Galleta de avena cremosa Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Pastel de pavo 8 Brócoli Tomates campestres Barra de manzana Panecillo Leche	Carne criolla 9 Arroz cajun Mezcla de lechugas Naranja Pan de trigo Leche	Filete de pescado 10 Pure de papa Mezcla de verduras Gelatina de fresa con fruta Pan de trigo Leche	Pastrami de pavo 11 Lechuga y tomate Ensalada de papa Galleta de chocolate Pan de centeno (2) Jugo/mostaza	Carne para taco 12 Frijoles charros Zanahorias cocidas Panecillo de chocolate Tortilla de harina Leche/salsa para tacos
Pollo parmesano 15 Macarrones con queso Mezcla de verduras Barra Nutty Buddy Pan tejano Leche	Fritata de cerdo* 16 Arroz frito con huevo Verduras japonesas Manzana Pan de trigo Leche	Filete Suizo 17 Pure de papa con ajo Judías verdes italianas Gelatina de lima con pina Panecillo Leche	Platillo de pollo 18 Brócoli Zanahorias al perejil Pudín de chocolate Pan de trigo Jugo	Hamburguesa 19 Lechuga y tomate Frijoles horneados Compota de manzana Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Tetrassini de pavo 22 Mezcla de verdura Repollitos Galleta Panecillo Leche	Ensalada de atún 23 Ensalada de pasta Ensalada de betabel Galleta de avena cremosa Galletas saladas Leche	Fritata de pollo asado 24 Arroz al perejil Mezcla de verduras Gelatina con duraznos Pan de trigo Leche	Pan de carne 25 Pure de papa Judías verdes Pudín de canela Pan integral Jugo	Jamón y habas* 26 Tomates cocidos Repollo Naranja Panecillo de elote Leche/margarina
Pollo con verduras 29 Frijoles pintos Tomates campestres Pudín de caramel Pan tejano Leche	Salchicha ahumada* 30 Frijoles Black-Eyed Verduras campestres Gelatina de limón con peras Pan para hot dog Leche/mostaza			

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.



Nota: *contiene cerdo

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