

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Chicken Enchilada Soup 3 Spanish Rice Mexican Style Tomatoes Fudge Cream Cookie Milk	4 No Meal Delivery Please consume one of your shelf stable meals	Polish Sausage on Bun* 5 Chili Beans Spinach Cherry Craisins Milk	Sloppy Joe on Bun 6 Roasted Potatoes Mixed Vegetables Orange Gelatin w/ Fruit Juice	Breaded Chicken Patty 7 Chuckwagon Corn Green Beans Oreo Cookies Texas Bread/Milk
Mongolian Beef Meatballs 10 Steamed Rice Japanese Vegetables Cinnamon Graham Crackers Wheat Bread/Milk	Breaded Chicken Patty 11 Chuckwagon Corn Broccoli & Carrots Fresh Orange Texas Bread/Milk	Swiss Steak 12 Whipped Potatoes Italian Green Beans Nutrition Bar Dinner Roll/Milk	Glazed Ham* 13 Macaroni & Cheese Okra & Tomatoes Lime Gelatin w/ Pineapple Wheat Bread/Juice	Hamburger on Bun 14 Lettuce & Tomato Baked Beans Hot Cinnamon Applesauce Milk/Mustard/Ketchup
Breaded Chicken Patty 17 Penne Pasta Country Tomatoes Fresh Apple Wheat Bread/Milk	Soft Pork Carnita Taco* 18 Pinto Beans Peas & Carrots Sugar Cookie Milk/Taco Sauce	Baked Chicken w/ Gravy 19 Twice Whipped Potatoes Lemon Broccoli Oatmeal Cream Cookie Dinner Roll/Milk	Beef Chili w/ Beans 20 White Rice Spinach Strawberry Gelatin w/ Pears Saltine Crackers/Juice	BBQ Chicken on Bun 21 Lettuce & Tomato Ranch Beans Hot Spiced Fruit Milk
Meatloaf w/ Tomato Gravy 24 Delmonico Potatoes Brussel Sprouts Brownie Texas Bread/Milk	Breaded Chicken Patty 25 Penne Pomodoro Parsley Carrots Fresh Orange Dinner Roll/Milk	Beef Picadillo Taco 26 Charro Beans Mexican Rice Sugar Cookie Milk/Taco Sauce	Happy Thanksgiving! 27 Turkey Breast w/ Gravy Garlic Whipped Potatoes Mixed Vegetables Pumpkin Pie Parfait Dinner Roll/Milk/Margarine	28 Closed for Holiday Please consume one of your shelf stable meals
				

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 at www.vnatexas.org.



214-689-2639

Note: *contains pork

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Sopa de Enchilada 3 Arroz Español Tomates Estilo Mexicano Galleta de Crema de Caramel Leche	Cerrado 4 Por favor, comer su comida estable del estante	Salchicha Polaca* 5 Frijoles Chile Espinaca Agria Gelatina Afrutada Pan de Hot Dog Leche	Sloppy Joe 6 Papas en Cubos Asadas Vegetales Mixtos Gelatina Afrutada Pan de Hot Dog Jugo	Pollo Apandado 7 Maíz con Pimientos Frijoles Verdes Galletas Oreo Pan de Texas Leche
Albóndigas de Terneras 10 Arroz Vegetales Japoneses Galletas Graham de Canela Pan de Trigo Leche	Pollo Apanado Cajun 11 Maíz con Pimientos Brócoli y Zanahorias Naranja Pan de Texas Leche	Bistec Suizo 12 Papas Batidas Frijoles Verdes Italianos Barra de Nutrición Panecillo Leche	Jamón Glaseado 13 Macarrones con Queso Okra y Tomates Gelatina de Lima con Pina Pan de Trigo Jugo	Hamburguesa 14 Lechuga y Tomate Frijoles al Horno Pure de Manzana Caliente Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Pollo Apanado 17 Pasta Penne Tomates Country Manzana Pan de Trigo Leche	Carnitas de Cerdo* 18 Frijoles Pintos Guisantes y Zanahorias Galleta de Azúcar Tortilla de Harina Leche/Salsa Para Tacos	Pollo al Horno con Gravy 19 Papas Batidas dos Veces Brócoli al Limón Galleta de Avena y Crema Panecillo Leche	Chili de Carne de Res 20 Arroz Espinaca Gelatina de Fresa con Peras Galletas de Soda Jugo	Pollo a la Barbacoa 21 Lechuga y Tomate Frijoles Rancheros Fruta Caliente Especiada Pan de Hamburguesa Leche
Pastel de Carne 24 Papas Delmonico Repollitos de Bruselas Brownie Pan de Texas Leche	Pollo Apanado 25 Penne al Pomodoro Zanahorias al Perejil Naranja Panecillo Leche	Picadillo de Carne de Res 26 Frijoles Charros Arroz Mexicano Galleta de Azúcar Tortilla de Harina Leche/Salsa Para Tacos	Día de Acción de Gracias 27 Pechuga de Pavo Papa Batidas al Ajo Vegetales Mixtos Parfait de Tarta de Calabaza Panecillo/Margarina Leche	Carrado por Feriado 28 Por favor, comer su comida estable del estante
				

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 www.vnatexas.org.



214-689-2639