

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Ribette de Cerdo* 1 Macarrones con Queso Habichuelas Tiernas Galletas Graham Pan Integral Leche	Pollo Criollo 2 Arroz y Habichuelas Rojas Espinaca Galleta "Chocolate Chip" Pan Integral Leche	Biftec Campestre Frito 3 Papas Majadas Vegetales Mixtos Naranja Fresca Panecillo de Cena Leche	Albóndigas de Pollo 4 Guisantes Verdes Tomates Guisados Pasas de Arándanos Rojos Pan Integral Leche	Ensalada de Atún 5 Ensalada de Remolacha Ensalada de Pasta Pudín de Chocolate Pan Integral (2) Leche
Chili Mexicano de Pollo 8 Arroz con Perejil Zanahorias Rebanadas Galleta "Chocolate Chip" Pan Integral Leche	Albóndigas con Salsa 9 Pasta Penne con Perejil Brócoli con Limón Manzana Fresca Pan Integral Leche	Pollo Asado con Salsa 10 Papas Delmonico Habichuelas Tiernas Italianas Barra de Zee Zee Panecillo de Cena	Pollo con Limón Pimienta 11 Grano Entero de Maíz Vegetales Catalina Gelatina de Fruta Pan Integral Leche	Hamburguesa de Res 12 Lechuga y Tomate Habichuelas "Ranch" Pure de manzana y canela Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Chile con Frijoles 15 Arroz con Mantequilla Habichuelas Tiernas Naranja Fresca Galletas Saltine Leche	Pollo Empanado 16 Pasta Orzo Vegetales Mixtos Barra de Higo Panecillo de Cena Leche	Pastel de Carne 17 Papas Majadas Zanahorias Estofadas Pudín de Limón y Frutas Pan de Maíz y Margarina Leche	Pollo Mediterráneo 18 Pasta con Limón y Hierbas Brócoli Brownie Pan Estilo Texas Leche	Salchicha Ahumada* 19 Habichuelas Lima Okra y Tomates Gelatina con Fruta Pan de Hot Dog Leche/Mostaza
Pasta Boloñesa con Pavo 22 Grano Entero de Maíz Habichuelas Tiernas Galleta de Azúcar Pan estilo Texas Leche	Carne de Res con Salsa 23 Arroz Confeti Brócoli Chocolatecina Pan Integral Leche	Pollo Chipotle a la BBQ 24 Macarrones con Queso Zanahorias Glaseadas Manzana Fresca Panecillo de Cena Leche	Ribette de Cerdo* 25 Guisantes Verdes Tomates Criollos Galleta "Chocolate Chip" Pan Estilo Texas Leche	Hamburguesa de Res 26 Lechuga y Tomate Habichuelas Horneadas Bocado de Pina Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Cazuela de pasta de pavo 29 Guisantes Verdes Calabaza/Calabacín/Tomates Naranja Fresca Pan Multigrano Leche	Pollo Curry 30 Arroz Frito con Huevos Brócoli/Zanahorias/Cebollas Galleta de Azúcar Pan Estilo Texas Leche	Carne de Res Salisbury 31 Habichuelas Mixtas Repollo Medley Barra Nutty Buddy Panecillo de Cena Leche		

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 de recursos en www.vnatexas.org.



214-689-2200

Nota: *contiene cerdo

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