

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		Cazuela de Pasta de Pavo <b>1</b> Habichuelas Tiernas Vegetales de Jardín Galleta de Chocolate Pan Texas Leche	Pastelón de Carne de Res <b>2</b> Arroz Sucio Vegetables Mixtos Galletas Graham Pan Integral Jugo	Empanada de Cerdo* <b>3</b> Guisantes Pintos Ensalada Verde Mixta Pudín de Vainilla Muffin de Maíz/Margarina Leche
Pollo Santa Fe <b>6</b> Maíz con Cilantro y Lima Zanahorias Galleta de Crema de Avena Pan Integral Leche	Carnitas de Cerdo* <b>7</b> Frijoles Pintos Arroz Mexicano Naranja Fresca Tortilla Leche	Biftec Salisbury <b>8</b> Papas Delmonico Vegetales Primaverales Barrita de Zee Zee Panecillo Integral Leche	Pollo con Ajo y Miel <b>9</b> Pasta Orzo Brócoli Gelatina de Frutas Pan de Hamburguesa Jugo	Hamburguesa <b>10</b> Lechuga y Tomate Tater Gems Melocotones con Especias Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Salchicha Polaca* <b>13</b> Maíz de Grano Entero Repollo Galleta de Chocolate Pan de Hot Dog Leche	Stroganoff de Carne de Res <b>14</b> Habichuelas Tiernas Coles de Bruselas Galletas de Chocolate Pan Integral Leche	Empanada de Pollo <b>15</b> Papas Majadas Vegetales Mixtos Manzana Fresca Pan Integral Leche	Sloppy Joe <b>16</b> Habichuelas Mixtas Zanahorias Gelatina de Lima con Peras Pan de Hamburguesa Jugo	Taco de Pavo <b>17</b> Arroz Amarillo Tomates Cocidos Barrita de Higo Tortilla Leche/Salsa de Taco
Pollo con Ajo y Miel <b>20</b> Pasta Penne con Perejil Habichuelas Tiernas Barrita Nutty Buddy Pan Integral Leche	Albóndigas <b>21</b> Arroz Jasmín Repollo Chino Naranja Fresca Pan Integral Leche	Empanada de Cerdo* <b>22</b> Habichuelas Ranch Zanahorias Animal Crackers Panecillo Leche	Macarrones con Queso y Pavo <b>23</b> Maíz de Grano Entero Tomates Campestres Galleta de Crema de Avena Pan Integral/Jugo	Hamburguesa <b>24</b> Queso en Rodajas Cazuela de Tater Tots Pudín con Espiral de Fresa Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Biftec Suizo <b>27</b> Arroz Vegetales del Jardín Manzana Fresca Pan Integral Leche	Empanada de Pollo <b>28</b> Repollo Zanahorias de Rodajas Galleta de Chocolate Pan Integral Leche	Pollo Asado <b>29</b> Papas Delmoncio Habichuelas Tiernas Italianas Panecillo de Cena Galleta de Chocolate Leche	Pollo Empanado <b>30</b> Grano Entero de Maíz Vegetales Catalina Pan Integral Gelatina de Cereza con Pina Jugo	

**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](http://vnatexas.org).



214-689-2639

**Nota:** \*contiene cerdo

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