

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			Tetrazzini de Pavo Brócoli Tomates de Campo Gelatina de Lima con Fruta Pan Integral Jugo	Hamburguesa Lechuga y Tomate Frijoles Asados Pina y Manzanas Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza y Cátsup
Albóndigas Mediterráneas Arroz con Perejil Habichuelas Tiernas Naranja Fresca Pan Integral Leche	Pollo Empanada Arroz Frito Broccoli/Zanahorias/Cebollas Galletas Graham Crackers Pan Integral Leche	Filete Salisbury Frijoles Mixtos Popurrí de Repollo Barra Nutty Buddy Panecillo Leche	Piccata de Pollo Pasta Penne al Pomodoro Habichuelas Pudin de Chocolate Pan Integral Jugo	Pastel de Carne Pure de Papas Vegetales Primaverales Barrita De Higo Pan Texas Leche
Chili de Pollo Arroz con Perejil Zanahorias en Rodajas Manzana Fresco Pan Integral Leche	Albóndigas Pomodoro Pasta Penne con Perejil Brócoli Galletas Saladas Animal Pan Integral Leche	Pollo Empanado/Salsa Papas Delmonico Habichuelas Tiernas Italianas Barra de Zee Zee Panecillo Leche	Macarrones con Queso y pavo Maíz de Grano Entero Vegetales Catalina Gelatina de Cereza con Pina Pan Integral/Jugo	<i>Día de la Emancipación & Comida del Día del Padre</i> Hamburguesa con Queso Frijoles con salsa Ranch Manzana Crujiente Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Empanada de Cerdo* Macarrones con Queso Habichuelas Tiernas Galletas Saladas Graham Pan Integral Leche	Pollo Empanado/Salsa Frijoles Rojos y Arroz Repollo Sazonado Galleta de Crema de Avena Leche	Filete a la Suiza Pure de Papas Vegetales Mixtos Naranja Fresca Panecillo Leche	Pollo con Salsa Tomates Cocidos Lentejas Pasas de Arándano Pan Integral Jugo	Ensalada de Atún Ensalada de Remolacha Ensalada de Pasta Gelatina con Fruta Pan Integral (2) Leche
Pasta con Bolognesa y pavo Maíz de Grano Entero Habichuelas Tiernas Galleta de Chocolate Pen Texas/Leche	Empanada de Ternera Arroz al Confeti Brócoli Galletas Saladas Animal Pan Integral Leche	Salchicha Polaca* Chili con Frijoles Tomates Cocidos Gelatina con Fruta Pan de Hot Dog Leche	Pollo con Salsa Macarrones con Queso Zanahorias en Rodajas Manzana Fresca Panecillo Jugo	Hamburguesa Queso en Rodajas Frijoles Asados Las Cositas de Pina Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup

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.

