

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 Cerrado Por favor, comer su comida estable del estante	2 Sloppy Joe Papas Asadas Vegetales Mixtos Gelatina con Fruta Pan de Hamburguesa Jugo	3 Pollo Empanizado Maíz con Pimientos Frijoles Verdes Galletas Oreo Pan de Texas Leche
6 Stroganoff de Ternera Pasta Penne Brócoli Manzana Pan de Texas Leche	7 Pollo a la Naranja Arroz Confetti Coliflor al Ajo y Parmesano Galletas Graham de Canela Pan Multigrano Leche	8 Pastel de Carne Papas Batidas con Veces Frijoles Verdes con Hierbas Barra de Nutrición Panecillo Leche	9 Espagueti con Pavo Repollitos de Bruselas Tomates Country Budín de Caramelo Pan de Trigo Jugo	10 Hamburguesa con Queso Frijoles al Horno Crocante de Manzana Pan de Hamburguesa Cátsup/Mostaza Leche
13 Pollo Apanado Pasta Penne Brócoli al Limón Manzana Pan de Texas Leche	14 Albóndigas de Ternera Arroz Zanahorias con Jengibre Galleta de Avena y Crema Pan de Trigo Leche	15 Bistec Frito Estilo Country Papas Batidas al Ajo Frijoles Verdes con Hierbas Craisins de Fresa Panecillo Leche	16 Carne de Res Salisbury Frijoles de Ojo Negro Tomates Estilo Creole Galleas de Animales Pan de Trigo Jugo	17 Jamón Glaseado* Papas Delmonico Vegetales Mixtos Galleta de Azúcar Muffin de Maíz/Margarina Leche
20 Costilla de Cerdo* Papas Batidas Ranch Brócoli y Coliflor Galleta de Chocolate Pan de Trigo Leche	21 Albóndigas de Pollo Pasta Penne Parmesana Espinaca Naranja Pan de Texas Leche	22 Pastel de Carne Picante Arroz Mexicano Calabaza Galleta de Chocolate Pan de Texas Leche	23 Pasta con Pavo/Queso Lentejas Zanahorias en Rodajas Gelatina de Fruta Pan de Trigo Jugo	24 Hamburguesa Lechuga y Tomate Frijoles Rancheros Crocante de Pina Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
27 Pollo Apanado Pasta Penne al Perejil Tomates Country Manzana Pan de Trigo Leche	28 Carnitas de Cerdo* Frijoles Pintos Zanahorias Glaseadas Galleta de Azúcar Tortilla de Harina Leche	29 Pollo al Horno Papas Batidas dos Veces Brócoli al Limón Galleta de Avena y Crema Panecillo Leche	30 Chili de Carne de Res Arroz Espinaca Gelatina de Fruta Galletas de Soda Jugo	31 Hamburguesa Lechuga y Tomate Frijoles Rancheros Pan de Hamburguesa Fruta Caliente Especuada 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.



214-689-2639

Nota: *contiene cerdo

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