

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Pollo Apanado 2 Pasta Orzo Repollitos de Bruselas Manzana Pan de Trigo Leche	Taco de Pavo 3 Frijoles Charros Vegetales Mixtos Ole Arándanos Rojos Secos Tortilla de Harina Leche/Salsa para Tacos	Cerdo Empanizado* 4 Arroz al Perejil Zanahorias en Rodajas Galletas Chocolate Pan de Trigo Leche	Chili de Carne de Res 5 Papas Asadas al Horno Espinaca Barra de Higo Galletas de Soda Jugo	Pollo Romesco 6 Pasta a la Florentina Tomates Country Budín de Chocolate Pan de Trigo Leche
Tetrassini de Pavo 9 Vegetales Country Tomates Guisados Galleta de Azúcar Pan de Trigo Leche	Chili de Pollo 10 Maíz O'Brien Zanahorias en Rodajas Naranja Galletas Club Leche	Bistec Suizo 11 Papas Batidas al Ajo Frijoles Verdes Italianos Barra de Nutrición Panecillo Leche	Pollo al Limón 12 Arroz Confeti Repollitos de Bruselas Gelatina de Naranja con Pina Pan de Texas Jugo	Hamburguesa 13 Lechuga y Tomate Frijoles Rancheros Crocante de Durazno Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Ketchup
Albóndigas de Pollo 16 Frijoles Nortesños Zanahorias al Perejil Craisins de Cereza Leche	Carne de Res Estilo 17 Papas Batidas Frijoles Verdes con Hierbas Manzana Pan de Trigo Leche	Pollo Apanado 18 Rotini y Tomates Vegetales de California Barra Nutty Buddy Panecillo Leche	<i>Comida de Juneteenth</i> Salchicha Polaca* 19 Frijoles al Horno Repollo Budín de Oreo y Vainilla Pan de Hot Dog Jugo	Pavo y Dumplings 20 Zanahorias en Rodajas Coliflor Gelatina de Lima con Peras Pan de Texas Leche
Albóndigas de Ternera 23 Arroz a la Florentina Brócoli Galletas Graham de Canela Pan de Texas Leche	Jamón Glaseado* 24 Frijoles Lima Okra y Tomates Naranja Muffin de Maíz Leche	Pastel de Carne 25 Papas Delmonico Guisantes y Zanahorias Galleta de Avena y Crema Panecillo Leche	Macarrones de Pavo 26 Coliflor Repollitos de Bruselas Gelatina de Limón con Fruta Pan de Texas Jugo	Hamburguesa con Queso 27 Frijoles Rancheros Trozos de Pina Calientes Pan de Hamburguesa Mostaza/Ketchup Leche
Cazuela de Tamal 30 Arroz Mexicano Tomates Estilo Mexicano Galleta de Chocolate 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 www.vnatexas.org.



214-689-2639

Nota: *contiene cerdo

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