

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Stroganoff de Ternera 2 Brócoli Zanahorias Glaseadas Naranja Pan de Texas Leche	Pollo al Horno 3 Arroz Integral Coliflor al Ajo y Parmesano Galletas Graham de Canela Pan Multigrano Leche	Pastel de Carne 4 Papas Batidas Dos Veces Frijoles Verdes Barra Nutty Buddy Panecillo Leche	Espagueti con Pavo 5 Repollitos de Bruselas Tomates Country Budin de Caramelo Pan de Trigo Jugo	Hamburguesa 6 Lechuga y Tomate Frijoles al Horno Crocante de Durazno Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Ketchup
Pasta Boloñesa con Pavo 9 Zanahorias Glaseadas Frijoles Verdes con Hierbas Barra de Higo Pan de Texas Leche	Albóndigas de Ternera 10 Papas Delmonico Vegetales Mixtos Manzana Pan Multigrano Leche	Pollo al Horno 11 Arroz al Perejil Vegetales Catalina Barra de Nutrición Panecillo Leche	Cazuela de Carne de Res 12 Brócoli Revuelto de Repollo Gelatina de Fruta Pan Multigrano Jugo	Pavo Glaseado con Miel 13 Penne a la Florentina Tomates Country Galleta de Chocolate Pan de Texas Leche
Costilla de Cerdo* 16 Papas Batidas Ranch Brócoli y Coliflor Galleta de Chocolate Pan de Trigo Leche	Albóndigas de Pollo 17 Patas Penne al Pesto Espinaca Naranjas Pan de Texas Leche	Hamburguesa Española 18 Arroz Mexicano Calabaza Galleta de Crema de Caramel Pan de Texas Leche	Cazuela de Pavo 19 Lentejas Zanahorias en Rodajas Gelatina con Fruta Pan de Trigo Jugo	Hamburguesa 20 Lechuga y Tomate Frijoles Rancheros Crocante de Pina Pan de Hamburguesa Leche/Mostaza/Ketchup
Sopa de Enchilada 23 Arroz Español Tomates Estilo Mexicano Galleta de Chocolate Leche	Cazuela de Ternera 24 Brócoli Zanahorias en Rodajas Manzana Pan de Texas Leche	Salchicha Polaca* 25 Frijoles Chile Espinaca Agria Craisins Pan de Hot Dog Leche	Sloppy Joe 26 Papas en Cubos Asadas Vegetales Mixtos Gelatina con Fruta Mixtas Pan de Hamburguesa Leche	Pollo de Apanado 27 Maiz con Pimientos Frijoles Verdes Galletas Oreo Pan de Texas 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.