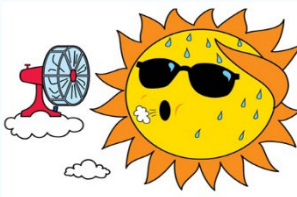


LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Tetrazzini con pavo Vegetales country Tomates guisados Galleta de azúcar Pan de trigo Leche 3	Chili de pavo Maiz O'Brien Zanahorias en rodajas Naranja Galletas Club Leche 4	Bistec suizo Papas batidas al ajo Frijoles verdes italianos Galletas Oreo Panecillo Leche 5	Pollo apanado Arroz Confetti Repollitos de Bruselas Gelatina de naranja con pina Pan de Texas Jugo 6	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Crocante de durazno Pan de hamburguesa Leche 7
Pollo al estragón Pasta penne al pesto Espinaca Galleta de avena de crema Pan de trigo Leche 10	Carne de res al romero Papas batidas Vegetales Catalina Barra de higo Pan de trigo Leche 11	Salchicha polaca* Frijoles al horno Revuelto de repollo Barra de nutrición Pan de hot dog Leche 12	Stroganoff de carne de res Brócoli Zanahorias en rodajas Arándanos rojos secos Pan de Texas Jugo 13	Ensalada de chef Ensalada de maíz Frutas mixtas Galletas Club Leche 14
Albóndigas de ternera Arroz a la florentina Brócoli Galletas Graham de canela Pan de Texas Leche 17	Jamón glaseado* Frijoles lima Okra y tomates Naranja Muffin de maíz Leche 18	Pastel de carne Papas Delmonico Guisantes y zanahorias Galleta de avena y crema Panecillo Leche 19	Cazuela de pavo y queso Coliflor Repollitos de Bruselas Gelatina de limón con fruta Pan de Texas Jugo 20	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Trozos de pina calientes Pan de hamburguesa Leche 21
Pollo al horno con gravy Papas batidas Frijoles verdes con hierbas Craisins Leche 24	Taco de pavo Arroz mexicano Tomates estilo mexicano Galleta de chocolate Tortilla de harina Leche/Salsa para tacos 25	Muslo de pollo Macarrones gratinados Repollitos de Bruselas Manzana Pan de trigo Leche 26	Cazuela de Italiano Maiz en grano entero Brócoli Brownie Pan de Texas Jugo 27	Salchicha polaca* Frijoles al horno Vegetales mixtos Gelatina de limón con fruta Pan de hot dog Leche/Mostaza 28
Pollo apanado Pasta orzo Repollitos de Bruselas Manzana Pan de Trigo Leche 31				

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