

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
			Pollo apanado Arroz Confetti Repollitos de Bruselas Gelatina afrutada Pan de Texas Jugo	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Crocante de durazno Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Sopa de enchiladas Arroz español Tomates estilo mexicano Barra de higo Leche	Macarrones italianos Brócoli Vegetales toscanos Manzana Pan de Texas Leche	Salchicha polaca* Frijoles chile Espinaca al ajo Galletas Graham de canela Pan de hot dog Leche	Sloppy Joe Papas en cubos asadas Vegetales mixtos Gelatina afrutada Pan de hamburguesa Jugo	Pollo apanado Maiz con pimientos Frijoles verdes Galletas Oreo Pan de Texas Leche
Albóndigas de terneras Arroz Vegetales japoneses Craisins Pan multigrano Leche	Pollo cajun Maiz en grano entero Brócoli y zanahorias Naranja Pan de Texas Leche	Bistec suizo Papas batidas Frijoles verdes italianos Barra de nutrición Panecillo Leche	Jamón glaseado* Macarrones con queso Okra y tomates Gelatina afrutada Pan de trigo Jugo	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles al horno Pure de manzana Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
Pollo al pesto Pasta penne Tomates Country Manzana Pan de trigo Leche	Carnitas de cerdo* Frijoles pintos Maiz con cilantro y lima Galletas Lorna Doone Tortilla de harina Leche/salsa para tacos	Pollo al limón Papas batidas dos veces Brócoli y zanahorias Galleta de chocolate Panecillo Leche	Chili de carne de res Arroz Vegetales de California Gelatina afrutada Muffin de Maíz/margarina Jugo	Pollo a la barbacoa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Fruta caliente especiada Pan de hamburguesa Leche
Costilla de cerdo* Papas batidas Ranch Brócoli y coliflor Galleta de chocolate Pan de trigo Leche	Patty de ternera española Arroz mexicano Vegetales mixtos Barra Nutty Buddy Pan de Texas Leche	Albóndigas de pollo Pasta penne al pesto Espinaca Naranja Pan de Texas Leche	Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Crocante de pina Pan de hamburguesa Jugo/mostaza/cátsup	Cazuela de pavo Zanahorias en rodajas Repollitos de Bruselas Gelatina afrutada Pan de trigo 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.