LUNCH Noviembre 2026

VNA Meals on Wheels

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Pollo y dumplings Zanahorias glaseadas Frijoles verdes con hierbas Brownie Pan de Texas Leche	3 Albóndigas de ternera Papas Delmonico Vegetales mixtos Manzana Muffin de maíz/margarina Leche	4 Pollo al horno Arroz al perejil Vegetales Catalina Arándano rojos secos Panecillo Leche	5 Cazuela de carne de res Brócoli Revuelto de repollo Gelatina afrutada Pan multigrano Jugo	6 Pavo glaseado con miel Penne a la florentina Escalopes de tomates Palitos de Graham Pan de Texas Leche
9 Stroganoff de ternera Brócoli Zanahorias glaseadas Naranja Pan de Texas Leche	10 Pollo al horno Arroz integral Vegetales italianos Galleta de azúcar Pan multigrano Leche	11 Pastel de carne Papas batidas Vegetales mixtos Barra de nutrición Panecillo Leche	12 Espagueti con pavo Repollitos de Bruselas Tomates Country Budin de pina Pan multigrano Jugo	13 Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles al horno Pure de manzana con fresa Pan de hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
16 Pollo al horno Pasta con tomates secos Brócoli Manzana Pan de Texas Leche	17 Albóndigas de ternera Arroz Zanahorias con jengibre Galleta de chocolate Pan de trigo Leche	18 Pollo apanado con gravy Batatas asadas Frijoles verdes con hierbas Craisins de fresa Panecillo Leche	19 Carne de res Salisbury Frijoles de ojo negro Tomates guisados Galletas de animales Pan multigrano Jugo	20 Ensalada de pasta/pavo Ensalada mixta de frijoles Trozos de pina Galletas Club Leche
23 Carne de res Salisbury Pasta Delmonico Repollitos de Bruselas Galletas Graham de canela Pan de Texas Leche	24 Pollo empanizado Penne al pomodoro Zanahorias al perejil Naranja Panecillo Leche	25 Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles rancheros Crocante de durazno Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup	***Comida de Acción de Gracias*** 26 Pechuga de pavo Papas batidas al ajo Frijoles verdes italianos Parfait de tarta de calabaza Panecillo/margarina Leche	27 ***Cerrado por el Dia Feriado*** ***Por favor, coma su comida estable en el estante***
30 Sopa de enchilada Arroz español Frijoles verdes con hierbas Brownie 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.

Visiting Nurse Association
Meals on Wheels
Hospice & Palliative Care

214-689-2639

Nota: *contiene cerdo

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