

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Pollo Parmesano ~ Tallarines Rotini Mezcla de verduras Catalina Pan tejano Naranja Leche	Fritura de cerdo asado ~ * Papas en porciones Ensalada de repollo Pan Hoagie Duraznos Leche Salsa de tomate	Chile con carne y frijoles Ensalada mezclada Brócoli Mofin mejicano de pan de maíz Mezcla de frutas crujiente Leche, Aderezo italiano	Jamón tajado * Queso suizo Ensalada de cuscús Ensalada de tomate y cucumero Pan blanco (2) Galleta de azúcar, Leche	Pechuga de pavo con salsa Puré de batatas condimentadas Repollas Panecillo Banano
Carne Creole~ Succotash Zanahorias tajada Pan de trigo Galleta cremosa de chocolate Leche	Pollo agridulce Arroz frito Mezcla de verduras japonesas Panecillo Galleta de la fortuna	Filete suizo ~ Puré de papas con pellejo Judías verdes italianas Panecillo Pastel de cumpleaños Helado	Ensalada de pollo Lechuga y tomate Ensalada de maíz Croissant Gelatina sabor a fresa Leche	Hamburguesa ~ Queso tajado Lechuga, tomate y cebolla Frijoles horneados Pan para hamburguesa Piña condimentada Leche, Mayonesa, mostaza y
Albóndigas suizas ~ Tallarines de huevo Guisantes verdes Pan de trigo Naranja Leche	Carnitas de cerdo * Frijoles pintos Verduras mixtas Ole Tortilla de harina Gelatina sabor a limón Leche	Filete frito campestre ~ Salsa campestre Puré de papas Mezcla de verduras primaverales Pan de trigo Pudin cremoso	Ensalada Chef de espinaca Copper Pennies fríos ^ Galletas Club Galleta de pastel de fresa Leche Aderezo ranchero	Cazuela de lasaña Judías verdes italianas Maíz desgranado Panecillo Fruta glaseada Leche
Carne Salisbury ~ Salsa marrón Puré de papas con ajo Mezcla de verduras del huerto Pan de trigo Banano Leche	Fajitas de pollo con cebolla/chiles Frijoles charros Arroz con cilantro y limón Tortilla de harina Pudin Tutti Frutti Leche, Salsa para tacos	Pernil de pollo frito horneado Puré de batatas condimentadas Guisantes verdes Panecillo Gelatina sabor a fresa Leche	Pechuga de pavo tajado Queso suizo Ensalada de macarrones Remolacha fría en encurtido Tortilla de trigo Naranja Leche	Hamburguesa ~ Queso Americano blanco Lechuga, tomate y cebolla Frijoles rancheros Pan de hamburguesa Manzanas condimentadas Leche, Mostaza y salsa de
Fritura de carne con cebolla/champiñones ~ Pasta Orzo Repollas Panecillo Galleta Snickerdoodle ^ Leche	Cena de Halloween Pernil de pollo frito horneado Frijoles Lima Zanahorias tajadas Pan de trigo Galleta de Halloween 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 [vntexas.org](http://vntexas.org).



972-780-5073