

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
 <p>1</p>	<p>2</p> <p>Carne de res ~ Papas rancheras Zanahorias al fuego lento Pan de trigo Manzana Leche</p>	<p>3</p> <p>Pernil de pollo asado Macarrones y queso Mezcla de verduras primaverales Palito de pan Galleta Carnaval</p>	<p>4</p> <p>Chili mejicano de pollo Arroz Hojas de nabos Galletas salinas Galleta de avena cremosa Leche Margarina, Leche</p>	<p>5</p> <p>Cerdo asado con salsa aromatizada Dijon * Papas asadas en el horno Calabaza, calabacín y tomates Pan de trigo</p>
<p>8</p> <p>Pollo Alfredo Pasta penne con perejil Judías verdes italianas Panecillo Barra de higo Leche</p>	<p>9</p> <p>Carne de res para tacos Arroz con cilantro y limón Frijoles negros con maíz Tortilla de harina Galleta de azúcar Leche</p>	<p>10</p> <p>Pierna de pollo frito horneado Cazuela de brócoli y arroz Tomates campestres Panecillo Pastel de cumpleaños Helado de chocolate Leche</p>	<p>11</p> <p>Pastel de carne con salsa de tomate ~ Papas Delmonico Zanahorias al fuego lento Panecillo Gelatina sabor a limón Leche</p>	<p>12</p> <p>Cena conmemoración a MLK Pollo apanado en su salsa Macarrones con queso Judías verdes italianas Panecillo Galleta cremosa de avena Leche</p>
<p>15</p> <p><i>I have a dream...</i></p> <p><b>Closed for Holiday</b></p>	<p>16</p> <p>Salchicha ahumada * Frijoles horneados Repollo Pan para perro caliente Pudin de fresa Leche</p>	<p>17</p> <p>Filete suizo ~ Puré de papas con ajo Ratatouille Pan de trigo Plátano Leche</p>	<p>18</p> <p>Carne con pasta Ziti Judías verdes italianas Zanahorias al fuego lento Pan de trigo Gelatina sabor a cereza Leche</p>	<p>19</p> <p>Pollo agridulce Arroz frito Mezcla de verduras japonesas Pan de trigo Pudin de limón Leche</p>
<p>22</p> <p>Cazuela de pollo con arroz Maíz mejicano Mezcla de verduras primaverales Panecillo Naranja Leche</p>	<p>23</p> <p>Chili con frijoles Arroz español Brócoli Mofin de maíz mejicano Galleta con chispitas de chocolate Leche</p>	<p>24</p> <p>Fritura de costilla de cerdo asada ~ * Frijoles del Rancho Judías verdes italianas Panecillo Gelatina con sabor a naranja Leche</p>	<p>25</p> <p>Pierna de pollo Confeti Picadillo de papas Espinacas Pan tejano Pudin de vainilla Leche</p>	<p>26</p> <p>Hamburguesa ~ Lechuga, tomate y cebolla Papas porciones Pan para hamburguesa Postre de frutas varias Leche Mostaza y salsa de tomate</p>
<p>29</p> <p>Carne Burgundy ~ Puré de papas Coles del Bruselas con limón Panecillo Pudin de dulce de caramelo Leche</p>	<p>30</p> <p>Pollo Etouffee Arroz con mantequilla Mezcla de hojas verdes Panecillo Galleta carnaval Leche</p>	<p>31</p> <p>Pierna de pollo frito asado Papas Au Gratin Okra y Tomates Panecillo Banana Leche</p>		

**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