

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
Pollo Alfredo Pasta penne con perejil Judías italianas Panecillo Barra de higo Leche 2	Carne de taco Arroz con cilantro y limón Frijoles negros con maíz Tortilla de harina Galleta de azúcar Leche 3	Pernil de pollo horneado Cazuela de brócoli y arroz Tomates campestres Panecillo Banana Leche 4	Pastel de carne con salsa de tomate ~ Papas Delmonico Zanahorias cocidas al fuego lento Panecillo Gelatina sabor a limón 5	Hamburguesa con queso ~ Lechuga, tomate y cebolla Papas en porciones Pan de hamburguesa Postre de manzana Leche 6
Pollo para fajitas Arroz fiesta Frijoles refritos Tortilla de harina Galleta cremosa con chocolate Leche 9	Salchicha ahumada * Frijoles horneados Repollo Pan de perro caliente Pudín sabor a fresa Leche Mostaza 10	Filete suizo ~ Puré de papas con ajo Ratatouille Pan de trigo Pastel de cumpleaños Helado de chocolate 11 	Carne con pasta Ziti Judías verdes italianas Zanahorias cocidas al fuego lento Pan de trigo Gelatina sabor a cereza Leche 12	Pollo agridulce Arroz frito Mezcla de verduras japonesas Pan de trigo Pudín de limón glaseado Leche, Salsa de soja, Margarina 13
Cazuela de pollo con arroz Maíz mejicano Mezcla de verduras primaverales Panecillo Manzana Leche 16	Chili con frijoles Arroz mejicano Brócoli Panecillo de maíz mejicano Galleta con chocolate Leche 17	Fritura de costilla de cerdo asada ~ * Frijoles del Rancho Judías verdes italianas Panecillo Gelatina sabor a naranja Leche 18	Pernil de pollo Confeti Papas fritas rayadas Espinacas Pan tejano Pudín de vainilla Leche 19	Hamburguesa ~ Lechuga, tomate y cebolla Papas porciones Pan de hamburguesa Postre de frutas varias Leche Mostaza y salsa de tomate 20
Carne Burgundy ~ Puré de papas Coles de Bruselas con limón Panecillo Pudín de dulce de caramelo Leche 23	Pollo Etouffee Arroz blanco Mezcla de verduras Panecillo Galleta Carnaval Leche 24	Pernil de pollo horneado Papas gratinadas Okra y tomates Panecillo Banana Leche 25	Filete campestre frito en su salsa ~ Papas asadas en el horno Judías verdes aromatizadas Panecillo Gelatina sabor a naranja Leche 26	Albóndigas con salsa de espaguetis ~ Espagueti de grano integral Ensalada mezclada de verduras Palitos de pan Manzanas condimentadas 27
Pollo a la King Guisantes y zanahorias Arroz integral Panecillo Galleta de jengibre Leche 30				

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.



* - Contiene cerdo; ~ Contiene soya

972-780-5073