

LUNCH

MAY 2019

D.L. HOPKINS JR. SENIOR CENTER

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
		Oven Fried Chicken Thigh Mashed Spiced Yams Spring Vegetables Wheat Bread Fruited Strawberry Gelatin Milk	Turkey Pastrami Swiss Cheese Lettuce and Tomato Herbed Potato Salad Rye Bread (2) Fig Bar Milk	Box Lunch 12:00 – 1:00pm Cinco de Mayo Celebration 4:00 – 6:30pm
Parmesan Chicken~ Macaroni and Cheese Mixed Vegetables Breadstick Nutty Buddy Bar Milk	Soy Ginger Pork*~ Fried Rice Japanese Vegetables Wheat Bread Fresh Apple Milk	Swiss Steak~ Whipped Potatoes Italian Green Beans Dinner Roll Frosted Birthday Cake Vanilla Ice Cream Milk	King Chicken Casserole Broccoli Parsley Carrots Wheat Bread Chocolate Pudding Milk	Mother's Day Turkey Breast with Gravy Cornbread Dressing Spinach Dinner Roll Strawberry Shortcake Cookie Milk
Turkey Tetrizzini Squash Medley Brussels Sprouts Wheat Bread Chocolate Chip Cookie Milk	Meatloaf with Tomato ~ Garlic Whipped Potatoes Herbed Green Beans Multi Grain Bread Vanilla Oreo Pudding Milk	Apricot Baked Chicken Rice Florentine California Vegetables Texas Bread Fruited Cherry Gelatin Milk	Tuna Salad Pasta Salad Marinated Beet Salad Saltine Crackers Fudge Cream Cookie Milk	Older Americans Day Glazed Ham* Lima Beans Turnip Greens Corn Muffin Rocky Road Pudding Milk
Marinara Chicken Meatball Lemon Herb Pasta Peas and Carrots Breadstick Fresh Apple Milk	Smoked Sausage* Black-Eyed Peas Country Vegetables Corn Muffin Fruited Lime Gelatin Milk	Salisbury Beef~ Onion Gravy Ranch Whipped Potatoes Italian Green Beans Dinner Roll Ranger Cookie Milk	BBQ Chicken Tossed Salad Pinto Beans Texas Bread Carnival Cookie Milk	Memorial Day Hamburger Patty~ Sliced Cheese Lettuce and Tomato Tater Gems Hamburger Bun Bread Pudding
Closed for Holiday	Shredded BBQ Pork* Macaroni and Cheese Medley Cabbage Hamburger Bun Fresh Orange Milk	Oven Fried Chicken Thigh Scalloped Potatoes Braised Carrots Dinner Roll Fruited Orange Gelatin Milk	Beef Hot Dog Baked Beans Coleslaw Hot Dog Bun Spiced Pineapple Tidbits Milk	Margarita Chicken Pinto Beans Zucchini and Tomatoes Wheat Bread Banana Pudding Milk

NUTRITION INFORMATION: Proper nutrition and hydration are key elements that can possibly prevent hospitalizations or even placement in long-term care facilities. Our menus are designed to meet a minimum of 1/3 daily nutritional requirements for older adults as required by the state of Texas. This equates to 3 ounces of protein, 2-3 servings of fruits and vegetables, 1 serving of grain, and 1 serving of milk. For more nutritional information, please visit our resource page.



* - Contains Pork; ~ - Contains Soy
972-780-5073

Note: *contains pork

Due to unavailability of certain items, appropriate substitutions may need to be used.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		Muslo de pollo frito al horno Puré de batatas Mezcla de verduras Pan de trigo Gelatina de Fresa Leche	1 Pavo pastrami Queso suizo Lechuga y tomate Ensalada de papa Pan de centeno (2) Barra de higo Leche	2 Lonche De Caja 12:00 – 1:00pm 3 Cinco de Mayo Celebracion 4:00 – 6:30pm
6 Pollo parmesano~ Macarrones con queso Mezcla de verduras Palio de Pan Barra Nutty Buddy Leche	7 Fritata de cerdo con soya*~ Arroz Frito Verduras Japonesas Pan de trigo Manzana Leche	8 Filete Suizo~ Puré de papas Judías verdes Panecillo Pastel de cumpleaños Helado de vainilla Leche	9 Platillo de pollo Brócoli Zanahorias con perejil Pan de trigo Pudin de chocolate Leche	10 Día de las madres Pechuga de pavo en salsa Relleno de pan de elote Espinaca Panecillo Galleta de pastel de fresa Leche
13 Tetrassini de pavo Mezcla de calabacitas Repollitos Pan de trigo Galleta de chispas de chocolate Leche	14 Pan de carne con salsa Puré de papas con ajo Ejotes Pan integral Pudin de vainilla Leche	15 Pollo horneado Arroz a la florentina Mezcla de verduras Pan tejano Gelatina de cereza Leche	16 Ensalada de atún Ensalada de pasta Ensalada de remolachas Galletas saladas Galleta de chocolate cremosa Leche	17 Día de americanos mayores Jamón glaseado* Habas Hojas de nabos Panecillo de elote Pudin Rocky Road Leche
20 Albóndigas de pollo~ Pasta Guisantes y zanahorias Palito de pan Manzana Leche	21 Salchicha ahumada* Frijoles Black-Eyed Verduras campestres Panecillo de elote Gelatina de limón Leche	22 Filete Salisbury~ Salsa de cebolla Puré de papas Judías Italianas Panecillo Galleta Ranger Leche	23 Pollo asado Ensalada Frijoles pintos Pan tejano Galleta carnaval Leche	24 Hamburguesa~ Lechuga y tomate Croquetas de papa Pan de hamburguesa Pudin de pan Leche
27 Cerrado- Día feriado	28 Asado de cerdo * Macarrón con queso Mezcla de repollo Pan de hamburguesa Naranja Leche	28 Muslo de pollo frito Papas gratinadas Zanahorias cocidas Panecillo Gelatina de naranja Leche	30 Perro caliente Frijoles horneados Ensalada de repollo Pan Trocitos de pina Leche	31 Pollo a la Margarita Frijoles pintos Calabacines y tomates Pan de trigo Pudin de plátano 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.



* - Contiene cerdo; ~ Contiene soya

972-780-5073

Nota: *contiene cerdo

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