

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
	Breaded Chicken Patty ¹ Lima Beans Spinach Fig Bar Wheat Bread/Juice	Meatballs w/ Gravy ² Ranch Whipped Potatoes Broccoli w/ Lemon Zest Pineapple Tidbits Dinner Roll/Milk	Chicken Salad/Kaiser Roll ³ Cucumber & Tomato Salad Corn Salad Orange Fruited Gelatin Juice	Smoked Sausage* ⁴ Cajun Rice Kidney Beans Strawberry Swirl Pudding Corn Muffin/Milk/Margarine
Country Fried Steak ⁷ Garlic Whipped Potatoes Squash/Zucchini/Tomatoes Fudge Cream Cookie Wheat Bread/Milk	Chicken Tetrazzini ⁸ Green Peas Sliced Carrots Cherry Fruited Gelatin Wheat Bread/Juice	Swiss Steak ⁹ Confetti Rice Green Beans w/ Onions Chocolate Pudding Dinner Roll/Milk	Turkey Pastrami Sub ¹⁰ Pasta Salad Coleslaw Fresh Orange Juice/Mustard	Hamburger on Bun ¹¹ Lettuce & Tomato Baked Beans Spiced Apple Slices Milk/Mustard/Ketchup
Chicken Marinara ¹⁴ Penne Pasta w/ Parsley Mixed Vegetables Fresh Orange Wheat Bread/Milk	Salisbury Steak/Gravy ¹⁵ Whipped Potatoes Broccoli Chocolate Chip Cookie Dinner Roll/Juice	Ham & Black-Eyed Peas ¹⁶ Buttered Rice Spinach Strawberry Applesauce Milk/Margarine	Crab & Macaroni Salad ¹⁷ Cucumber Salad Glazed Fruit Sugar Cookie Juice/Club Crackers	Cajun Meatloaf ¹⁸ Rice Florentine Squash/Zucchini/Tomatoes Mud Pie Pudding Wheat Bread/Milk
Mushroom Beef Patty ²¹ Delmonico Potatoes Spring Vegetables Oatmeal Cream Cookie Wheat Bread/Milk	Cheesy Chicken Pasta ²² Green Peas Cabbage Strawberry Fruited Gelatin Wheat Bread/Juice/Margarine	BBQ Beef on Bun ²³ Parslied Rice Broccoli Ranger Cookie Milk	Chef Salad* ²⁴ Cold Pickled Beets Lemon Pudding Saltine Crackers Juice	Cheesy Turkey Spaghetti ²⁵ Creole Corn Green Beans Fresh Orange Dinner Roll/Milk
Breaded Chicken ²⁸ Chuckwagon Corn Green Beans Peanut Butter Cookie Wheat Bread/Milk	Swedish Meatballs ²⁹ Egg Noodles Mixed Greens Fresh Apple Wheat Bread/Juice	Chicken Breast w/ Gravy ³⁰ Cornbread Dressing Brussels Sprouts Cherry Fruited Gelatin Dinner Roll/Milk	Turkey & Cheese Wrap ³¹ Couscous Salad Italian Broccoli Salad Chocolate Pudding Juice/mustard	

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.



Note: *contains pork

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

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Pollo Cordón Bleu Frijoles Lima Espinacas Barra de higo Pan de trigo Jugo	2 Albóndigas con salsa Papas rancheras Broccoli Trozos de pina Panecillo Leche	3 Ensalada de pollo Cocombrós y tomates Ensalada de maíz Gelatina sabor a naranja Pan Kaiser Jugo	4 Salchicha ahumada* Arroz Cajun Frijoles Kidney Pudín de fresa Mofin de maíz/margarina Leche
7 Filete frito campestre Puré de papas con ajo Calabaza, calabacín/tomates Galleta Pan de trigo Leche	8 Pollo Tetrassini Guisantes verdes Zanahorias tajadas Gelatina sabor a cereza Pan de trigo Jugo	9 Filete suizo Arroz confeti Judías verdes con cebolla Pudín de chocolate Panecillo Leche	10 Pavo Pastrami Ensalada de pasta tricolor Ensalada de repollo Naranja Pan Hoagie Jugo/mostaza	11 Hamburguesa Lechuga y tomate Frijoles horneados Rodajas de manzana Pan de hamburguesa Leche/mostaza/cátsup
14 Pollo con Mozzarella Pasta penne con perejil Verduras mixtas Naranja Pan de trigo Leche	15 Pollo Salisbury con salsa Puré de papas Brócoli Galleta Panecillo Jugo	16 Jamón y guisantes Black-eyed Arroz Espinacas Compota de fresa Mofin de maíz/leche	17 Ensalada de cangrejo y Macarrones Ensalada de cocombro Fruta glaseada Galleta de azúcar Jugo/galletas club	18 Pastel de carne con salsa Arroz florentino Ensalada de calabaza Pudín Mud Pie Pan de trigo Leche
21 Hamburguesa con salsa Papas Delmonico Mezcla de verduras Galleta de avena cremosa Pan de trigo Leche	22 Pollo con queso y macarrones Guisantes verdes Repollo Gelatina sabor a fresa Pan multigrano/jugo	23 Barbacoa res Arroz con perejil Brócoli Galleta Ranger Pan de hamburguesa Leche	24 Ensalada Chef* Remolachas condimentadas Galletas salinas Pudín de limón Aderezo de ensalada Ranch Jugo	25 Cazuela de pavo y espagueti Calabaza Judías verdes Naranja Panecillo/leche
28 Pollo apanado con salsa Maíz Chuckwagon Judías verdes Galleta Pan de trigo Leche	29 Albóndigas sueces Tallarines de huevo Mezcla de verduras Manzana Pan de trigo Jugo	30 Pollo asado con salsa Relleno de pan de maíz Repollitas Gelatina sabor a cereza Panecillo Leche	31 Pechuga de pavo tajado Ensalada de cuscús Ensalada de brócoli Pudín de chocolate Tortilla de trigo Jugo/mostaza	

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 vnatexas.org.



Nota: *contiene cerdo

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