

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Breaded Fish Sandwich 2 Chuckwagon Corn Catalina Vegetables Sugar Cookie Milk/Tartar Sauce	Turkey Pastrami Sandwich 3 Lettuce & Tomato Three Bean Salad Fresh Apple Milk/Mustard	4 No Meal Delivery Please eat your shelf stable meal delivered last week	Salisbury Steak 5 Delmonico Potatoes Lemon Brussels Sprouts Strawberry Crisp Bar Wheat Bread/Juice	Spinach Lasagna 6 Green Beans Braised Carrots Orange Gelatin w/ Pineapple Wheat Bread/Milk
Beef & Spanish Rice 9 Mexican Corn Cauliflower Gingerbread Cookie Wheat Bread/Milk	Turkey Noodle Casserole 10 Green Beans w/ Onions Lemon Zest Broccoli Animal Crackers Wheat Bread/Milk	BBQ Chicken Breast 11 Macaroni & Cheese Peas & Carrots Lime Gelatin w/ Fruit Texas Bread/Milk	Smoked Sausage* 12 Lima Beans Stewed Tomatoes Fresh Orange Corn Muffin/Juice/Margarine	Hamburger on Bun 13 Lettuce/Tomato/Onion Baked Beans Hot Spiced Peaches Milk/Mustard/Ketchup
Ham & Potato Casserole* 16 Green Peas Country Tomatoes Fresh Apple Wheat Bread/Milk	Happy St. Patrick's Day! Hot Pastrami Sandwich 17 Whipped Potatoes Medley Cabbage Lime Whip Milk/Mustard	Turkey Breast w/ Gravy 18 Mashed Spiced Yams Sliced Carrots Butterscotch Swirl Pudding Dinner Roll/Milk	Beef Pepper Casserole 19 Broccoli Cauliflower Strawberry Gelatin w/ Fruit Dinner Roll/Juice	Chicken w/ Orzo Pasta 20 Mixed Vegetables Spiced Pineapple Tidbits Wheat Bread Milk
Chicken Meatballs 23 Rotini & Tomatoes Parsleyed Carrots Cinnamon Crisp Bar Breadstick/Milk	BBQ Pork Ribette* 24 Corn O'Brien Broccoli Fresh Orange Dinner Roll//Milk	Meatloaf w/ Brown Gravy 25 Garlic Whipped Potatoes Spring Vegetables Lemon Gelatin w/ Pineapple Wheat Bread/Milk	Turkey Tetrizzini 26 Green Beans Pickled Beets Vanilla Pudding Texas Bread/Juice	Chicken & Broccoli Alfredo 27 Herbed Green Peas Creole Tomatoes Oatmeal Cream Cookie Wheat Bread/Milk
Mushroom Pork Patty* 30 Whipped Potatoes California Vegetables Fresh Apple Wheat Bread/Milk	Soft Beef Taco 31 Pinto Beans Mexican Rice Brownie Milk/Taco Sauce			

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
Pescado empanizado 2 Elote con verduras Mezcla de verduras Galleta de azúcar Pan de hamburguesa Leche/salsa tártara	Carne Salisbury 3 Papas delmonico Repollitos Barra de cereal y fresa Pan de trigo Leche	Cerrado 4 Por favor, como su comida estable del estante entregada la semana pasada	Pastrami de pavo 5 Lechuga y tomate Ensalada de frijoles Manzana Pan de trigo (2) Jugo/Mostaza	Lasaña de espinacas 6 Judas verdes Zanahorias cocidas Gelatina de naranja con pina Pan de trigo Leche
Arroz español con carne 9 Elote a la mexicana Coliflor Galleta de jengibre Pan de trigo Leche	Platillo de fideo y pavo 10 judías verdes con cebolla Brócoli Galletas de animalitos Pan de trigo Leche	Fritata de pollo asado 11 Macarrones con queso Guisantes y zanahorias Gelatina de limón con peras Pan Tejano Leche	Salchicha ahumada* 12 Habas Tomates cocidos Naranja Panecillo de elote Jugo/Margarina	Hamburguesa 13 Lechuga y tomate Frijoles cocidos Duraznos con especias Pan de hamburguesa Leche/Mostaza/Cátsup
Platillo de papas* 16 Guisantes Tomates campestres Manzana Pan de trigo Leche	¡Feliz Día de San Patricio! Pastrami horneado 17 Pure de papas Mezcla de repollo Postre de limón Pan de hamburguesa Leche/Mostaza	Pechuga de pavo 18 Batatas trituradas Zanahoria rebanada Pudín de dulce de caramelo Panecillo Leche	Platillo de carne 19 Brócoli Coliflor Gelatina de fresa con frutas Panecillo Jugo	Pollo picado mongol 20 Pasta orzo Mezcla de verduras Trocitos de pina Pan d trigo Leche
Albóndigas al romero 23 Pasta rotini y tomates Zanahorias al perejil Barrita de canela Palito de pan de trigo Leche	Fritata de cerdo asado* 24 Elote con verduras Brócoli Naranja Panecillo Leche	Pan de carne 25 Pure de papas con ajo Verduras de primavera Gelatina de lima con pina Pan de Trigo Leche	Tetrizzini de pavo 26 Judías verdes Betebeles picados Pudín de vainilla Pan Tejano Jugo	Pollo Alfredo 27 Guisantes Tomates criollos Galleta de avena cremosa Pan de trigo Leche
Fritata de cerdo* 30 Pure de papas Mezcla de verduras Manzana Pan de Trigo Leche	Carne para tacos 31 Frijoles pintos Arroz a la mexicana Panecito de chocolate Leche/Salsa para tacos			

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.