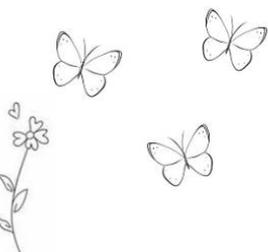




Senior Lunch Menu – Mayo 2024

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1	2	**3**
	<p>Contribución Voluntaria- \$3.00</p> <p>Costo de Alimentos para Menores de 60 - \$5.00</p> <p>✓ Alimento sin Carne</p>	<p>Boloñesa de Pavo Molida Pasta de Corbata Mezcla Italiana de Verduras Queso Parmesano Rollo Integral c/ Smart Balance Mezcla de Frutas Tropicales</p>	<p>Tilapia al Horno Salsa Ranchera Arroz a la Mexicana Brócoli Tortilla Pudín s/Azúcar Jugo de Naranja</p>	<p>**Cinco de Mayo Celebración** Tamale de Pollo Queso Mexicano Frijol Negro Mezcla de Fajitas Arroz con Leche Dieta: Fruta Fresca</p>
	7	8 ✓	9	**10**
<p>Cerdo en Salsa de Chile Verde Salsa Verde Frijol Pinto Chícharos y Zanahorias Tortilla Mezcla de Frutas Tropicales</p>	<p>Sopa de Elote Zuni c/ Galletas s/ Azúcar Ensalada de Pollo, Pasta y Semilla de Amapola Ensalada Harvest Galletas Saladas (2pq) Gelatina de Frutas s/Azúcar</p>	<p>Quiché de Espinaca y Champiñones Papas Asadas Mezcla de Brócoli y Coliflor Rollo Integral c/ Smart Balance Peras en Conserva</p>	<p>Cubos de Ternera Gravy de Estofado Verduras Estofadas Papitas Baby Enteras Pan Integral c/ Smart Balance Mandarina</p>	<p>**Día de las Madres Celebración** Pollo Cordon Bleu Pilaf de Arroz Mezcla de Verduras del Chef Rollo Integral c/Smart Balance Pastel de Limón Dieta: Fruta Fresca</p>
13	14 ✓	15	16	17
<p>Sopa de Elote a la Mexicana c/ Galletas Ensalada de Pollo Ensalada de Cebada y Champiñones Rollo Integral c/ Smart Balance Duraznos en Conserva</p>	<p>Lasaña Vegetariana Ensalada Mixta de Primavera Aderezo Balsámico Brócoli y Coliflor Galletas Salada Integral Crujiente de Manzana s/Azúcar</p>	<p>Pollo Chino a la Naranja Salsa de Naranja Arroz Integral Espinaca Pudín sin Azúcar Jugo de Naranja</p>	<p>Tazón de Carnitas de Cerdo Arroz de Jitomate y Cilantro Mezcla Fiesta de Verduras Crema Ácida (1 paq) Tortilla Fruta de Temporada</p>	<p>Tacos de Pescado Frijol Negro Col Morada y Blanca Tortilla (2) Pico de Gallo Piña en Trozos</p>
20	21	22 ✓	23	**24**
<p>Cerdo Caramelizado Vietnamita Salsa de Caramelo Arroz Jasmine Brócoli Mezcla de Frutas Tropicales</p>	<p>Asado de Pavo Salsa Marrón Camote Judías Verdes Gelatina de Frutas s/Azúcar</p>	<p>Macarrones con Queso Jitomate Picado Zanahorias Palito de Pan Crujiente de Manzana s/Azúcar Jugo de Naranja y Piña</p>	<p>Albóndigas de Pollo Glaseado Agridulce Puré de Papa Mezcla Oriental de Verduras Rollo Integral c/Smart Balance Mandarina</p>	<p>**Dia Conmemorativo** BBQ McRib Salsa BBQ Puré de Papa Zanahorias Pan de Maíz c/Smart Balance Tarta de Manzana Dieta: Fruta Fresca</p>
27	28	29	30	31
<p>MEMORIAL DAY IN HONOR OF OUR HEROES</p>	<p>Cubos de Pollo Salsa Agridulce Fideos de Huevo Mezcla Oriental de Verduras Rollo Integral c/ Smart Balance Gelatina de Frutas s/ Azúcar</p>	<p>Sopa de Chícharos c/ Galletas Saladas Ensalada de Atún a la Mexicana Ensalada Sunshine de Gelatina Rollo Integral c/ Smart Balance Manzana Fresca</p>	<p>Barbacoa de Ternera Arroz Cilantro Limón Mezcla de Frijoles Oregón Tortilla Natillas s/Azúcar Jugo de Naranja</p>	<p>Cubos de Ternera Salsa Ranchera Arroz a la Mexicana Frijol Pinto Tortilla Pico de Gallo Chabacanos de Conserva</p>

Todos los alimentos cumplen con las Pautas Alimentarias para los estadounidenses (DGA - Dietary Guidelines for Americans) 2020-2025 y las Ingestas Dietéticas de Referencia (DRI - Dietary Reference Intakes) para adultos mayores como lo determina el Departamento de Salud y la Agencia de Servicios Sociales de California y el Departamento de Agricultura de EE. UU. El Programa de Almuerzos de Meals On Wheels Orange County puede cambiar el menú por motivos de control de calidad, precio o problemas con los proveedores. Este proyecto es financiado en partes a través de los fondos de la Ley Federal para Adultos Mayores según lo asigna la Junta de Supervisores del Condado de Orange. Los postres sin azúcar y las frutas empacadas se utilizan en todo el menú para dar cabida a los diabéticos. Todos los días se sirve leche al 1%.  Indica contenido de sodio superior a los 1,000 mg. *Indica un evento especial o festividad y el menú **PUED**e exceder 1,000 mg. Mantequilla baja en colesterol y 0% grasas trans se sirve con panes y rollos. Los alimentos del almuerzo semanal en promedio aportan más de 550 calorías. Tome en cuenta que los condimentos no son analizados y pueden aumentar el sodio.

Congregate Program Delivery Days

Abrazar Inc – Every Day of the Week

Anaheim Independencia- Tuesday, Thursday, and Friday

Anaheim West - Every Day of the Week

Brea – Monday, Tuesday, Wednesday, and Friday

Buena Park – Every Day of the week

Costa Mesa - Every Day of the week

Cypress – Monday, Tuesday, Wednesday, and Friday

El Modena – Monday, Wednesday, and Thursday

Fountain Valley – Monday and Wednesday

Fullerton – Every Day of the week

Garden Grove – Monday, Tuesday, Thursday, and Friday

Huntington Beach – Tuesday, Thursday, and Friday

La Habra – Every Day of the week

Midway – Every Day of the Week

North Seal Beach – Every Day of the week

Orange – Every Day of the week

Placentia – Every Day of the week

Santa Ana – Every Day of the week

Southwest – Every Day of the week

Stanton – Monday, Tuesday, and Wednesday (closed Friday. Monday, we deliver for Monday and Tuesday)

Tustin – Every Day of the Week

Westminster – Every Day of the week

Yorba Linda – Every Day of the week