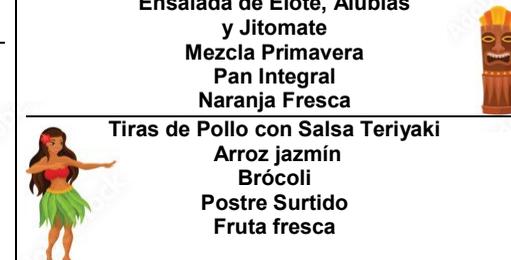




MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			1	2
			<p>Queso de Hebra Bajo en Grasa Pan Integral c/Smart Balance y Gelatina s/Azúcar Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Patty de Carne de Res Ensalada de Frijoly Elote Mezcla de Primavera Bollo Integral de Hamburguesa Chabacanos en Conserva Mayonesa y Mostaza</p> <p>Pollo en Cubos c/ Salsa de Pina Hui Hui Mezcla Japonesa de Verduras Arroz Pilaf Naranja Fresca</p>	<p>Omelet Pan Integral c/Smart Balance y Jarabe Sin Azúcar Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada de Pollo, Pasta y Ranch Ensalada de Calabacitas y Jitomate Mezcla Primavera Rollo Integral c/Smart Balance Manzana Fresca</p> <p>Cubos de Carne de Res c/ Salsa Ranchera Broccoli y Zanahoria Tortilla de Maiz Blanco Integral Arroz Integral Trozos de Pina Emp. Individual</p>
5	6	7	8	9
<p>Huevo Duro Avena Integral y Barra de Granola con Miel Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada Vietnamita de Pollo Ensalada de Arroz Confetti Galletas Saladas Integrales Durazno Emp. Individual</p> <p>Omelet de Desayuno para-Cena Papitas Baby al Horno Mezcla Capri de Verduras Pan Integral c/Smart Balance Manzana Fresca</p>	<p>Cheerios Integrales Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Taco de Cerdo (Cerdo, Frijol Pinto, Elote &amp; Queso) Mezcla Primavera Mini tortilla de Maiz Blanco Integral Naranja Fresca</p> <p>Pechuga de Pollo c/ Salsa Kung Pao Mezcla Japonesa de Verdura Arroz Jazmin Pera Emp. Individual</p>	<p>Raisin Bran Integral Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada de Atun Ensalada de Frijol y Elote Ensalada de Col Pan Integral Durazno Emp. Individual</p> <p>Tinga de Pollo c/ Salsa de Tinga Rebanadas de Zanahorias Arroz a la Espanola Tortilla de Maiz Blanco Integral Manzana Fresca</p>	<p>Pan Integral c/ Mantequilla de Mani y Gelatina s/ Azucar Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada de Pollo, Arandanos y Albahaca Galletas Saladas Integrales Frutas Tropicales Emp. Individual</p> <p>Ravioles de Queso c/ Salsa Marinara Broccoli Mezcla Italiana de Verduras Rollo Integral c/ Smart Balance Mandarina Emp. Individual</p>	<p>Cheerios Integrales Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Rebanadas de Pavo Bajo en Sodio Ensalada de Broccoli y Pimiento Pan Integral Pera Emp. Individual Copa de Pudín s/Azucar Mayonesa, Mostaza</p> <p>Roast Beef c/ Salsa Burgundy Camote Espinaca Cocida Bollo Integral c/Smart Balance Naranja Fresca</p>
12	13	14	15	16
<p>Waffle Integral Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada de Pollo al Estragón Ensalada de Broccoli y Pimiento Marron Mezcla de Primavera Ensalada de Orzo Mandarina Emp. Individual</p> <p>Fillete de Pescado c/ Salsa Ranchera Succotash Mini Tortillas de Maiz Blanco Mezclas de Frutas Tropicales Emp. Individual</p>	<p>Queso de Hebra Bajo en Grasa Yogurt Bajo en Grasa Pan Integral c/Smart Balance y Gelatina Sin Azúcar Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada de Cangrejo, Elote y Jitomate Ensalada California Rollo Integral c/Smart Balance Copa de Pudín Naranja Fresca</p> <p>Pavo Molido Bajo en Sodio c/ Salsa Marinara Mezcla Italiana de Verduras Pasta Penne Queso Parmesano Trozos de Pina Emp. Individual</p>	<p>Raisin Bran Integral Yogurt Bajo en Grasa Queso Cottage Pan Integral c/Smart Balance y Gelatina Sin Azúcar Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada Griega con Garbanzo y Pollo Ensalada de Calabacita y Jitomate Rollo Integral c/Smart Balance Pera Emp. Individual</p> <p>Carnitas de cerdo Salsa De Tomate Orzo pilaf y verduras Mezcla de verduras de California Mezcla de frutas</p>	<p>Avena Pan Integral Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada Cremosa de Pollo al Pesto Ensalada de Farro y Calabaza Butternut Rollo Integral c/Smart Balance Copa de Pera Empaque Individual</p> <p>Filete Salisbury c/ Salsa Marrón de Champiñones Cortes de Broccoli Rollo Integral c/Smart Balance Mandarina Emp. Individual</p>	<p><b>**Celebración Luau Hawaiano**</b></p> <p>Cheerios Integrales Yogurt Bajo en Grasa Queso de Hebra Bajo en Grasa Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <p>Ensalada Mediterránea de Atún Ensalada de Elote, Alubias y Jitomate Mezcla Primavera Pan Integral Naranja Fresca</p> <p>Tiras de Pollo con Salsa Teriyaki Arroz jazmin Brócoli Postre Surtido Fruta fresca</p> 





Comidas a Domicilio Menu – Agosto 2024

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p><b>19</b></p> <p>Barra de Granola con Miel Raisin Bar Integral Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Pollo con Ensalada de Ejotes y Jitomate Ensalada de Verduras Healthy Galletas Saladas Integrales Copa de Pera Empaque Individual Smart Balance</p> <hr/> <p>Carne de Ternera en Cubos Salsa Estofado Verduras Estofadas Broccoli Arroz Jazmin Mezcla de Frutas Empaque Individual</p>	<p><b>20</b></p> <p>Huevo duro Avena Integral Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada de Cuscús con Queso Feta Jitomate y Calabacitas Galletas Saladas Integrales Mandarina Emp. Individual Copa de Pudín s/Azucar</p> <hr/> <p>Rebanadas de Pavo Bajo en Sodio c/Salsa Florentina Mezcla de Italiana Verduras Fetuccini Rollo Integral c/Smart Balance Manzana Fresca</p>	<p><b>21</b></p> <p>Cheerios Integrales Queso de Hebra Bajo en Grasa Yogurt Bajo en Grasa Pan Integral c/ Mantequilla de Mani y Gelatina s/Azucar Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada Tailandesa Crujiente de Citricos c/ Roast Beef Rollo Integral Durazno Emp. Individual Copa de Pudín s/Azucar</p> <hr/> <p>Cerdo Desmenuzado Salsa de Chile Verde Frijol Pinto Brócoli y Zanahorias Tortilla Pera Emp. Individuales</p>	<p><b>22</b></p> <p>Avena Integral Pan Integral c/Smart Balance y Gelatina s/Azucar Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada Taco de Ternera c/ Mezcla Primavera (Carne Molida, Frijol Pinto, Elote &amp; Queso Rallado) Galletas Saladas Integrales Tiritas de Tortilla Aderezo Cilantro Limón Trocitos de Piña Empaque Individual</p> <hr/> <p>Cubos de Pollo Bajo en Grasa c/Salsa de Limoncillo Mezcla Japonesa de Verduras Arroz Integral Rollo Integral c/Smart Balance Naranja Fresca</p>	<p><b>23</b></p> <p>Raisin Bran Integral Yogurt Bajo en Grasa Pan Integral c/Smart Balance s/Azucar Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Cubos de Pollo Ensalada de Pimiento Verde y Jitomate Galletas Saladas Integrales Mezcla de Frutas Tropicales Emp. Individual Quiché de Espinaca, Champiñones y Queso Mini Papitas Enteras Verduras Mixtas 5-Way Rollo Integral c/Smart Balance Ambrosia s/Azúcar</p>
<p><b>26</b></p> <p>Avena Integral Queso de Hebra Bajo en Grasa Yogurt Bajo en Grasa Pan Integral c/Smart Balance s/Azucar Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada Ranch de Pasta de Pollo Ensalada California Mezcla Primavera Rollo Integral c/Smart Balance Durazno Emp. Individual</p> <hr/> <p>Pescado Empanizado Broccoli Tortilla de Maiz Arroz a la Espanola Pico de Gallo Manzana Fresca</p>	<p><b>27</b></p> <p>Cheerios Integrales Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada Provençal de Atun Ensalada de Pepino y Jitomate Pan Integral Trocitos de Pina Emp. Individual Asado de Pavo c/Salsa Marron Chicharos y Zanahorias Pure de Papa Rollo Integral c/Smart Balance Galletas Saladas Integrales Naranja Fresca</p> 	<p><b>28</b></p> <p>Raisin Bran Integral Yogurt Bajo en Grasa Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Sandwich de Pastel de Carne Ensalada de Elote, Alubias y Jitomate Mezcla Primavera Mandarina Emp. Individual Mayonesa, Mostaza</p> <hr/> <p>Pechuga de Pollo c/Salsa de Curry y Coco Rebanadas de Zanahoria Fideos de Huevo Galletas Saladas Integrales Mezcla de Frutas Tropicales Emp. Individual</p>	<p><b>29</b></p> <p>Yogurt Bajo en Grasa Pan Integral c/Mantequilla de Mani y Gelatina s/Azucar Jugo de Naranja y Piña &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada Griega de Pollo y Quinoa Ensalada de Col Mezcla Primavera Rollo Integral c/Smart Balance Galletas Saladas Integrales Pera Empaque Individual</p> <hr/> <p>Roast Beef c/Salsa Marron Espinaca Cocida Arroz Jazmin Manzana Fresca</p>	<p><b>30</b></p> <p>Barra de Granola con Miel Cheerios Integrales Jugo de Naranja &amp; 1% Leche (2)</p> <hr/> <p>Ensalada del Chef (Revanada de Pavo Bajo en Sodio Tiras de Pimiento, Elote, Zanahoria Rallada, Pepino y Queso Suizo Rallado) Vinagreta de Limon Mezcla Primavera Rollo Integral Manzana Fresca</p> <hr/> <p>Carnitas de Cerdo c/Salsa de Tomatillo Verduras Mixtas Arroz con Jitomate y Cilantro Mini Tortillas de Maiz Trocitos de Pina Emp. Individual</p>

Este proyecto es financiado en parte a través de los fondos de la Ley Federal para Adultos Mayores según lo asigna la Junta de Supervisores del Condado de Orange. Todos los alimentos cumplen con las Pautas Alimentarias para los Estadounidenses (DGA - Dietary Guidelines for Americans) 2015 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. 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 1%. El donativo sugerido es de \$5.25 al día. Los alimentos semanales en promedio aportan más de 1600 calorías. El sodio es analizado diariamente para no exceder 2300mg. Cualquier comida que exceda los 2300mg de sodio está indicada con el icono de un salero . Los alimentos especiales se indican con \*\*, el sodio puede exceder los 2300 mg.