

Petaluma Senior Café Menu - Diciembre 2021

PETALUMA PEOPLE SERVICES CENTER
SENIOR MEALS TO GO
 en el 211 Novak Drive
 12:30 p.m. to 1:30 p.m.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		Diariamente <i>1 taza de leche 1%</i> Pan Mantequilla	*Vitamina C _Vitamina A ◆Fibra  Sal	1. CERRADO POR EL DÍA DE AÑO NUEVO!
4. Hamburguesa de Queso Papas Asadas con Romero Verduras Fritas Mixtas - Condimentos para Hamburguesas Melocotones ◆Bun de Trigo Integral	5. Cerdo Salado con Frijoles Blancos Arroz Integral Calabacín y Calabaza Amarilla Ensalada Verde *Naranja ◆Pan de Trigo Integral	6. Estofado de Carne Pilaf de Arroz Integral Coliflor Ensalada Verde Plátano ◆Pan de Trigo Integral	7. Pescado al Horno con Limón Pilaf de Arroz Integral Mezcla de Verduras California Ensalada de Col Peras ◆Pan de Trigo Integral	8.  Lasaña Verduras italianas Ensalada Verde Fresas ◆Pan de Trigo Integral
11. Cerdo Asado a fuego lento con manzanas y albaricoques Pilaf de Arroz Integral *Brócoli -Ensalada Verde de Normandía -Ensalada de Frutas Frescas ◆Pan de Trigo Integral	12. Guiso de Cebada Vegetal con Carne Verduras de California Ensalada de Zanahoria Italiana Huevo duro hervido Melocotones ◆Pan de Trigo Integral	13. Arroz con Pollo al estilo Español Verduras Capri Ensalada de Col Piña ◆Pan de Trigo Integral	14. Pastel de Carne Pure de Papas Frijoles Verdes Ensalada Verde *Mandarinas Piña ◆Pan de Trigo Integral	15. Pescado al Horno Patatas con Perejil Brotes de Bruselas Ensalada Verde con Tomates y Zanahorias Albaricoques ◆Pan de Trigo Integral
18. CERRADO POR EL DÍA DE MARTIN LUTHER KING, Jr.	19. Pasta Penne con Salsa de Carne <u>Espinaca</u> Ensalada Verde ◆Pan de Trigo Integral	20. Pollo frito con Verduras Arroz Jazmín Judías Verdes -Ensalada de <u>Zanahoria</u> *Naranja y Piña Plátano ◆Pan de Trigo Integral	21. Lomo de Cerdo con Salsa de Champiñones Arroz Integral Pilaf Acelga Ensalada verde Fresas ◆Pan de Trigo Integral	22. Sandwich de Pavo Caliente – Patatas Rojas Vegetales estilo Italiano Ensalada de Col Cerezas ◆Pan de Trigo Integral
25. Carne a la Stroganoff Judías Verdes <u>Espinaca</u> Ensalada Verde Fresas ◆Pan de Trigo Integral	26. Cerdo Chow Mein Arroz Integral *Brotes de Bruselas Ensalada de Pepino y Cebolla Roja Piña ◆Pan de Trigo Integral	27. Pastel de Papa con Carne Acelga Ensalada Verde Melocotones ◆Pan de Trigo Integral	28. Ratatouille Polenta 5 Way Vegetales Mixtos Ensalada de Espinacas *Naranja ◆Pan de Trigo Integral	29. Pollo Marsala Puré de Papas Guisantes y Zanahorias * Ensalada de Col Puré de Manzana ◆Pan de Trigo Integral

Contribución Voluntaria \$ 3.50 – 8:00
Menores de 60 años por favor pagar \$6.00
Se recomienda hacer reservaciones el día anterior antes de las 3:00pm. Teléfono:765-8488
Por favor tenga el cambio exacto, Gracias
No serán rechazadas las personas que no puedan contribuir.

Menu sujeto a cambios