























# 2022 Lunch Menu



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
			1 Baked Chicken Onion Gravy  焗雞 洋蔥汁	2 Potato Crusted Fish Whole Kernel Corn 土豆皮魚 整粒玉米	3 Szechuan Pork Brown Rice  四川豬肉 糙米	4 Beef Italiano Whole Grain Penne Pasta 意大利牛肉 全麥通心粉
5 <b>勞動節!</b> BBQ Pork Rib Patty Baked Beans  叉燒肉餅 焗豆	6 Chicken Fried Brown Rice Mixed Veggies  雞肉炒糙米 混合蔬菜	7 Minestrone Soup Tuna Salad  蔬菜濃湯 金槍魚沙拉	8 Chicken Cacciatore Whole Grain Penne Pasta  雞肉卡西亞托雷 全麥通心粉	9 Sweet & Sour Meatballs Lima Beans 糖醋肉丸 利馬豆	10 Pork Roast Brown Rice  烤豬肉 糙米	11 Salisbury Steak Whipped Potatoes 索爾茲伯里牛排 土豆泥
12 Swedish Meatballs Whole Grain Penne Pasta  瑞典肉丸 全麥通心粉	13 BBQ Pork Rib Patty Ranch Beans 叉燒肉餅 牧場豆	14 Beef Taco Salad Pineapple Tidbits  牛肉塔可沙拉 菠蘿花絮	15 Jamaican Chicken Coconut Brown Rice  牙買加雞 椰子糙米	16 Turkey Breast w/ Gravy Whole Wheat Roll 火雞胸肉配肉汁 全麥卷	17 Beef Chili with Beans Brown Rice  豆子牛肉辣椒 糙米	18 Creamy Paprika Chicken Whole Grain Spaghetti  奶油辣椒雞 全麥意大利面
19 WG Tuna Noodle Casserole French Green Beans w/ Peppers WG 金槍魚麵砂鍋 法國綠豆 帶辣椒	20 Cranberry Dijon Chicken Lima Beans 蔓越莓第戎雞 利馬豆	21 Corn Chowder Carrot Raisin Salad  玉米海鮮湯 胡蘿蔔葡萄乾沙拉	22 Baked Meatballs Green Peas  烤肉丸 青豆	23 WG Turkey Tetrazzini Stewed Tomatoes WG火雞泰拉齊尼 燉西紅柿	24 Honey Balsamic Chicken Confetti Brown Rice 蜂蜜黑醋雞肉 五彩紙屑糙米	25 Hamburger Patty Whole Kernel Corn 漢堡肉餅 整粒玉米
26 WG Popcorn Chicken WG Macaroni & Cheese  WG 爆米花雞 WG 通心粉和奶酪	27 Turkey Breast w/ Gravy Mashed Spiced Yams 火雞胸肉配肉汁 五香山藥泥	28 Garden Veggie Soup Chicken Salad  花園蔬菜湯 雞肉沙拉	29 Pork Stir Fry Cilantro Lime Brown Rice  豬肉炒 香菜青柠汁糙米飯	30 Potato Crusted Fish Lima Beans 土豆皮魚 利馬豆		

"這個項目得到了聖地亞哥縣健康與人類服務機構、老齡化與獨立服務機構的《美國老年人法案》基金的支持。"  
建議供款為每餐 1.00 美元 - 任何符合條件的人不得因未能或無法供款而被拒絕用餐。

請注意：這些食物可能含有以下過敏原  
花生 • 堅果 • 海鮮 • 貝類 • 大豆 • 雞蛋 • 牛奶 • 小麥  
"所有餐點都含有 8 盎司牛奶"

菜單也許會有更改

