




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		<b>1</b> Huevos Duros Cocidos Muffin Ingles Integral Piña en Trozos Ensalada de Pepinillos	<b>2</b> Omelet Crema de Espinaca Muffin Integral de Arándanos Azules Frutas Tropicales	<b>3</b> Burrito Integral de Desayuno Papas O'Brien Naranja Fresca	<b>4</b> Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Fajita de Vegetales Mixtos Muffin Ingles Integral Pasas
<b>6</b> Huevos Revueltos Mexicanos Frijoles Negros Muffin Ingles Integral Naranja Fresca Leche	<b>7</b> Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Panqueques Integrales Puré de Manzana Leche	<b>8</b> Huevos Duros Cocidos Muffin Ingles Integral Pasas Jugo de Tomate Leche	<b>9</b> Huevos Revueltos Crema de Espinaca Muffin Integral de Arándanos Azules Frutas Mixtas Leche	<b>10</b> Burrito Integral de Desayuno Papas O'Brien Pasas Leche Salsa de Taco	<b>11</b> Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Ingles Integral Peras en Cubitos Leche
<b>13</b> Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Papas al Horno en Cubitos Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales	<b>14</b> Huevos Duros Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin Integral de Arándanos Azules Naranja Fresca Leche	<b>15</b> "Gravy" Campestre de Salchicha Pan "Biscuit" Integral  Batatas Estilo "Wedge" Piña en Trozos Leche	<b>16</b> Revoltillo de Huevo con Espinacas y Setas Papas Estilo "Wedge" Pan Multigrano Peras en Cubitos Leche	<b>17</b> Huevos Revueltos Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Integral de Guineo Puré de Manzana y Fresas Leche	<b>18</b> Salchichas de Pavo Hamburguesa de Huevo Fajita de Vegetales Mixtos Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales Leche
<b>20</b> Huevos Revueltos Mexicanos Papas al Horno en Cubitos Pan Integral Avena Melocotones Trozados Leche	<b>21</b> Frijoles Negros Hamburguesa de Huevo Queso Rallado Tomates Guisados Fajita de Vegetales Mixtos Tortilla Integral Piña en Trozos Leche	<b>22</b> Huevos Revueltos Batatas Estilo "Wedge" Pan Integral Frutas Mixtas Leche	<b>23</b> Hamburguesa de Huevo Jamón de Pavo Muffin Ingles Integral Papas O'Brien Frutas Tropicales Leche	<b>24</b> Omelet Crema de Espinaca Pan Integral Puré de Manzana Leche	<b>25</b> Hamburguesa de Salchicha de Pavo Papa de Desayuno "Hash Brown" Muffin Ingles Integral Melocotones Trozados Leche
<b>27</b> Jamón de Pavo Batatas Rostizadas Muffin Integral de Arándanos Azules Piña en Trozos Leche	<b>28</b> Hamburguesa de Huevo Salchichas de Pavo Papas O'Brien Cheerios Pasas Leche	<b>29</b> Huevos Duros Cocidos Muffin Integral de Guineo Frutas Tropicales Jugo de Tomate Leche	<b>30</b> Habichuelas Pintas Queso Rallado Hamburguesa de Huevo Vegetales Mixtos Fiesta Tortilla Integral Naranjas Mandarinas	<b>31</b> Huevos Revueltos Mexicanos Habichuelas Pintas Tortilla Integral Naranja Fresca Leche	

**NOTAS DEL MENÚ**

Todas las comidas incluyen 8oz de leche

 Denota Sodio ≥1000mg

Las comidas podrían contener estos alérgenos: maní, sésamo, frutos secos, mariscos, crustáceos, soja, huevos, trigo.

**Menú Sujeto a Cambios**

Este proyecto cuenta con el apoyo de fondos de la Ley de Estadounidenses de Edad Avanzada de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego, Servicios para el Envejecimiento y la Independencia.  
La contribución sugerida es de \$2.50 por comida.  
A ninguna persona elegible se le negará una comida por falta de o no poder contribuir.