



2022 Lunch Menu



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
30 Memorial Day Meatloaf w/ Gravy Whipped Potatoes 肉餅配肉汁 土豆泥	31 Honey Mustard Chicken Black-eyed Peas 蜂蜜芥末雞 黑眼豆豆	 Memorial DAY	 	 	1 May Day Honey Balsamic Chicken Cut Yams 蜂蜜黑醋雞肉 切山藥	
2 BBQ Pork Rib Patty Seasoned Collard Greens 叉燒肉餅 調味羽衣甘藍	3 Swedish Turkey Meatballs Whole Grain Penne Pasta 瑞典火雞丸子 全麥通心粉	4 Aztec Bean Salad Whole Wheat Roll 阿茲特克豆沙拉 全麥卷	5 Cinco de Mayo Fajita Chicken Meat Mexican Brown Rice 法士達雞肉 墨西哥糙米	6 Pineapple Glazed Ham Au Gratin Potatoes 菠蘿釉面火腿 金烤土豆	7 Lemon Pepper Chicken Scalloped Potatoes 檸檬胡椒雞 加調料烤土豆	8 Mother's Day Swiss Steak Whole Kernel Corn 瑞士牛排 整粒玉米
9 General Tso's Chicken Brown Rice 左宗棠雞 糙米	10 Salisbury Steak w/ Gravy Whipped Potatoes 索爾茲伯里牛排配肉汁 土豆泥	11 Garden Veggie Soup Chicken Salad 花園蔬菜湯 雞肉沙拉	12 Lemon Pepper Fish Edamame 檸檬胡椒魚 毛豆	13 Sloppy Joe Tater Tots 邇過香 薯塊	14 Pork Loin w/ Gravy Garlic Whipped Potatoes 豬里脊肉汁 大蒜生土豆	15 Turkey A La King Brown Rice 火雞阿拉金 糙米
16 Beef Spaghetti Sauce Whole Grain Penne Pasta 牛肉意大利麵醬 全麥通心粉	17 BBQ Chicken Leg Quarter WG Macaroni & Cheese 燒烤雞腿區 WG 通心粉和奶酪	18 Turkey Club Salad Whole Wheat Roll 火雞俱樂部沙拉 全麥卷	19 Pork Roast Brussels Sprouts 烤豬肉 球芽甘藍	20 Potato Crusted Fish Lima Beans 土豆皮魚 利馬豆	21 Armed Forces Day Turkey Breast w/ Gravy Whipped Potatoes 火雞胸肉配肉汁 土豆泥	22 Beef with Gravy, Onions, and Peppers Brown Rice 肉汁牛肉 洋蔥和辣椒 糙米
23 WG Popcorn Chicken WG Macaroni & Cheese WG 爆米花雞 WG 通心粉和奶酪	24 Pork Carnitas Cilantro Lime Brown Rice 豬肉捲 香菜青柠汁糙米飯	25 Corn Chowder Tuna Salad 玉米海鮮湯 金槍魚沙拉	26 Pesto Chicken Whole Grain Penne Pasta 香蒜醬雞 全麥通心粉	27 Beef Hot Dog Mixed Fruit Crisp 牛肉熱狗 什錦果脆	28 Garlic Rosemary Chicken Thigh Wild Rice 大蒜迷迭香 雞腿肉 野米	29 Pineapple Glazed Turkey Ham Cut Yams 菠蘿釉 火雞火腿 切山藥

“該項目得到了聖地亞哥縣健康與人類服務局老齡化與獨立服務部老年美國人法案基金的支持。”
 建議捐款為每餐 1.00 美元 - 任何符合條件的人都不得因未能或無法捐款而被拒絕用餐。

請注意：這些餐點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
 “所有膳食均含有 8 盎司牛奶”

菜單可能會有變化

