



February

2022 Lunch Menu



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
 February is NATIONAL CANNED FOOD MONTH	1 中國新年! Taco Meat Pinto Beans 塔可肉 斑豆	2 Minestrone Soup Sliced Turkey Breast 蔬菜濃湯 火雞胸肉片	3 Baked Chicken Breast Green Peas w/ Red Peppers 烤雞胸肉 青豆配紅辣椒	4 Cajun Lemon Pepper Fish Dirty Brown Rice 卡津檸檬胡椒魚 臟糙米	5 Turkey Meatball Soup Whole Grain Roll 火雞丸子湯 全麥卷	6 Grilled Pork Patty Brown Rice 烤豬肉餅 糙米
	7 Beef & Turkey Spanish Rice Pinto Beans 牛肉和土雞西班牙米飯 斑豆	8 Baked Chicken Breast Whole Rotini Pasta 烤雞胸肉 整個羅蒂尼意大利面	9 Turkey Tzatziki Salad w/ Mixed Greens Whole Wheat Roll 土雞沙拉 混合蔬菜 全麥卷	10 BBQ Pork California Veggie Blend 叉燒 加州素食混合	11 Vegetarian Bean Chili Whole Wheat Bread 素豆辣椒 全麥麵包	12 Baked Chicken Breast Cilantro Lime Brown Rice 烤雞胸肉 香菜石灰糙米
14 情人節! Parmesan Chicken Whole Grain Spaghetti 帕爾馬雞 全麥意大利面	15 Pork Carnitas Cilantro Lime Brown Rice 豬肉捲 香菜石灰糙米	16 Tomato Basil Soup Chicken Salad 番茄羅勒湯 雞肉沙拉	17 Swedish Turkey Meatballs Whole Grain Rotini Pasta 瑞典火雞丸子 全麥羅蒂尼意大利面	18 Breaded Pollock Brown Rice Succotash 裹粉鱈魚 糙米糖漿	19 Sloppy Joe Corn Casserole 邇邇香 玉米砂鍋	20 Honey Baked Chicken Cut Yams 蜂蜜焗雞 切山藥
21 總統日! Beef Italiano Whipped Potatoes 意大利牛肉 土豆泥	22 Curry Chicken Brown Rice 咖喱雞 糙米	23 Aztec Bean Salad Whole Wheat Roll 阿茲特克豆沙拉 全麥卷	24 Turkey Breast w/ Gravy Whipped Potatoes 火雞胸肉配肉汁 土豆泥	25 Chicken a la King Whole Grain Penne Pasta 雞王 全麥通心粉	26 Turkey & Sausage-Tortilla Soup Whole Grain Tortilla Chips 火雞和香腸 玉米餅湯 全麥玉米片	27 Creole Beef Dirty Brown Rice 克里奧爾牛肉 臟糙米
28 Baked Chicken Breast Spinach Sauce 烤雞胸肉 菠菜醬						

“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

“每一餐都包含8盎司的牛奶”

菜單可能會有變化