



DESAYUNO Menu Noviembre 2025

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
					1 Salchichas de Pavos Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla	2 Omelet Papas a la O'Brien Vegetales Fiesta Pan Integral Pure de Manzana Mantequilla/Mermelada
3 Huevo Revuelto de Espinacha con Hongos Papas Rostizador en Cubos Pan Integral Avena Duraznos en Cubos Mantequilla/Mermelada	4 Frijoles Negros Torta de Huevo Queso Tomates guisados Fajitas de Vegetales Tortilla Integral Trozas de Pina	5 Salsa de Salchicha Campestre Bisquet Integral Papas a la O'Brien Fruta Tropical	6 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles Muffin de MoraAzul Naranja	7 Omelet Papas a la O'Brien Espinaca en Crema Pan Integral Trozas de Pina Mantequilla/Mermelada	8 Salchichas de Pavos Patatas Fritas Muffin Ingles Duraznos en Cubos Ketchup/Mantequilla	9 Omelet Gajos de Camotes Pan Integral Fruta Mixta Mantequilla/Mermelada
10 Huevo Revuelto a la Mexican Frijoles Pinto Tortilla Integral Mandarinas	11 Torta de Huevo Salchichas de Pavo Fajitas de Vegetales Pan Integral Avena Pasas Mantequilla	12 Omelet Espinaca en Crema Pan Integral Fruta Tropical Mermelada	13 Frijoles Pintos Queso Torta de Huevo Vegetales Fiesta Tortilla Integral Fruta Mixta	14 Salchichas de Pavo Camote Rostizado Muffin de MoraAzul Trozas de Pina Mantequilla	15 Huevos Cocidos Muffin de Plantano Duraznos en Cubos Jugo de Tomate Mantequilla	16 Salchichas de Pavo Papas Rostizador en Cubos Muffin Integral Pure de Manzana Mantequilla/Mermelada
17 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin de MoraAzul Mandarinas	18 Omelet Espinaca al ajillo Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada	19 Salchichas de Pavo Papas Rostizador en Cubos Waffle Integral Trozas de Pinas Mantequilla/Jarabe	20 Burrito de Desayuno(Integral) Arroz Espanol Vegetales Fiesta Pure de Manzana	21 Frijoles Negro Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Tortilla Integral Durazno en Trozar	22 Jamon de Pavo Camote Rostizador Muffins Ingles Fruta Tropical Mantequilla	23 Huevos Cocidas Ensalada de Frijoles Muffin de Plantano Mandarinas
24 Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Waffles Integral Pasas Jarabe	25 Huevos Revuelto con Cebollas y Pimientos Frijoles Negros Muffin de Maiz Naranja	26 Tortita de Salchicha de Pavo Camote Rostizado Pan Integral Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada	27 Huevo Revuelto de Espinacha y Hongos Papas a la O'Brien Muffin Ingles Pure de Manzana Mantequilla/Mermelada	28 Huevos Cocidos Muffin Ingles Pasas Jugo de Tomate Mantequilla/Mermelada	29 Omelet Espinaca Sazonada Muffin de Plantano Fruta Mixta	30 Salchichas de Pavo Papas Rostizador en Cubos Panqueques Integrales Trozas de Pina Jarabe

Notas de Menu

Todas las comidas incluyen 8oz de leche

Denota Sodio $\geq 1000\text{mg}$

Las comidas pueden contener estos alergenos, leche, huevo, pescado, marisco, nueces, cacahuete/mani, trigo y soya

Menu Sujeto a Cambios

This project is supported by Older American's Act funds by the county of

San Diego Health & Human Services Agency, Aging & Independence Services.

La contribucion sugerida es de \$2.50 por comida.

A ninguna persona elegible se le negara una comida por no contribuir o por no poder contribuir.