



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
				1 Jamon de Pavo Camote Rostizado Muffin de MoraAzul Trozas de Pina Mantequilla	2 Omelet Espinaca en crema Pan Multigrano Duranzno en Trozar Mantequilla/Mermelada
4 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles negros Muffin de Platano Naranja	5 Omelet Espinaca al ajillo Muffin Ingles Peras en Cubas Mantequilla/Mermelada	6 Salchichas de Pavo Papas Rostizador en Cubos Waffle Integral Trozas de Pinas Mantequilla/Syrup	7 Burrito de Desayuno Integral Gajos de Camotes Pure de Manzana	8 Frijoles Negro Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Tortilla Integral Deranzno en Trozar	9 Jamon de Pavo Queso Suizo Camote Rostizador Muffins Ingles Fruta Tropical
11 Torta de Huevo Fajitas de vegetales Waffles Integral Pasas Miel	12 Chile Rellano Cazuela Frijoles Negros Muffin de Elote Mandarinas	13 Tortita de Salchicha de Pavo Camote Rostizado Muffins Ingles Peras en Cubas Mantequilla/Mermelada	14 Huevo Revuelto de Espinaca y Hongos Papas a la O'Brien Pan Integral Manzana Mantequilla/Mermelada	15 Huevos Cocidos Muffin de MoraAzul Pasas Jugo de Tomate	15 Salchichas de Pavo Papas Rostizador en Cubos Panqueques Integrales Trozas de Pina Miel
18 Huevo Revuelto a la Mexican Frijoles Negros Muffin Ingles Naranja Mantequiella/Mermelada	19 Tortas de Salchicha de Pavo Camote Rostizado Panqueques Integrales Pure de Manzana Miel	20 Huevos Cocidos Muffin Ingles Pasas Jugo de Tomate Mantequilla/Mermelada	21 Frittata de Claro de Huevo Espinaca en Crema Muffin de MoraAzul Fruta Mixta	22 Burrito de Desayuno Integral Papas a la O'Brien Pasas Salsa para Taco	23 Torta de Huevo Torta de Salchicha de Pavo Vegetales Fiesta Muffin Ingles Peras en Cubas Crema de cacahuete
25 Torta de Huevo Torta de Salchicha de Pavo Papas Rostizador en Cubas Muffin Ingles Fruta Tropical Mermelada	26 Huevos Cocidos Ensalad de Frijoles Negros Muffin de MoraAzul Naranja	27 Salsa de  Salchicha Campestre Bisquet Integral Gajos de Camote Trozas de Pina	28 Huevo Revuelto de Espinaca con Hongos Gajos de Papas Pan Multigrano Peras en Cubas Ketchup/Mermalada	29 Frittata de Clara de Huevo Mezcla de Vegetales Fiesta Muffin de Platano Manzana	30 Salchichas de Pavo Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada

Notas del Menu

Todas las comidas incluyen 8oz de leche

 Denota Sodio ≥1000mg

Las comidas pueden contener estos alergenos; leche, huevos, pescado, mariscos, nueces, cacahuates/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.