


Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
			1 Burrito de Desayuno Integral Arroz Espanol Vegetales Fiesta Pure de Manzana	2 Frijoles Negros Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Tortilla Integral Trozas de Duraznos	3 Jamon de Pavo Camote Rostizado Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla	4 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles Muffin de Plantano Mandarinas
5 Torta de Salchicha de Pavo Camote Rostizado Avena Fruta Mixta Mantequilla	6 Huevos Revueltos con Pimientos y Cebollas Frijoles Charros Muffin de Elote Naranja	7 Tortas de Huevos Fajitas de Vegetales Waffles Integral Fruta Tropical Jarabe	8 Huevos Revueltos de Espinaca y Hongos Papas a la O'Brien Pan Integral Pure de Manzana Mantequilla/Mermelada	9 Huevos Cocidos Jugo de Tomate Muffin Ingles Pasas Mantequilla/Mermelada	10 Huevos Horneados con tres quesos Espinacas Sazonadas Muffin de Elote Fruta Mixta	11 Salchichas de Pavo Papas Rostizado en Cubos Panqueques Integrales Trozas de Duraznos Jarabe
12 Huevos Revueltos a la Mexican Frijoles Charros Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada	13 Salchichas de Pavo Camote Rostizado Panqueques Integrales Peras en Cubos Jarabe	14 Huevos Cocidos Muffin Ingles Pasas Jugo de Tomate Mantequilla/ Mermelada	15 Omelet Espinaca en Crema Muffin de Mora Azul Fruta Tropical	16 Burrito de Desayuno Integral Papas a la O'Brien Naranja	17 Torta de Huevo Salchichas de Pavo Fajitas de Vegetales Muffin Ingles Pasas Mantequilla/Mermelada	18 Huevos Revueltos con Espinaca y Hongos Patatas Fritas Bisquet Integral Trozas de Duraznos Ketchup y Mermelada
19 ~ Martin Luther King, Jr. Day ~ Torta de Huevo Salchichas de Pavo Papas Rostizadas en Cubos Muffin Ingles Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada	20 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin de Mora Azul Naranja	21 Huevos Revueltos con Espinaca y Hongos Patatas Fritas Pan Multigrano Peras en Cubos Ketchup/ Mantequilla/ Mermelada	22 Salsa de Salchicha Campestre Bisquet Integral Camote Rostizador Trozas de Pina	23 Omelet Espinaca en Crema Pan Integral Fruta Tropical Mantequilla/Mermelada	24 Salchichas de Pavo Torta de Huevo Fajitas de Vegetales Muffin Ingles Fruta Mixta Mantequilla/Mermelada	25 Tortas de Huevos Papas a la O'Brien Muffin de Plantano Pure de Manzana
26 Huevos Revueltos de Espinaca y Hongos Papas Rostizadas en Cubos Pan Integral Avena Duraznos en Cubos Mermelada	27 Frijoles Charros Torta de Huevo Queso Tomates Guisados Fajitas de Vegetals Tortilla Integral Trozos de Piña	28 Salsa de Salchicha Campestre Bisquet Integral Papas a la O'Brien Fruta Tropical	29 Huevos Cocidos Ensalada de Frijoles Muffin de Mora Azul Naranja	30 Huevos Horneados Con Tres Quesos Papas a la O'Brien Espinacas Salzonadas Pan Integral Pasas Mermelada	31 Salchichas de Pavo Patatas Fritas Muffin Ingles Trozas de Pina Ketchup y Mermelada	

Notas del Menu
Todas las comidas incluyen 8oz de leche
 Denotas Sodio ≥1000mg
Las comidas pueden contener estos alergenos: leche, huevos, pescado, mariscos, nueces, cacahuetes/ 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.