



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
				1 卷饼碗菜* * 鸡肉、香菜酸橙糙米、黑豆、玉米、辣椒、洋葱、罗马生菜和番茄 梨丁 花生酱饼干 墨西哥肉酱	2 蔬菜炒饭 花园什锦蔬菜 热带水果	3 猪肉配奶酪白酱 蔬菜全谷物意面 什锦蔬菜 混合水果
4 烤牛肉配肉汁 奶油土豆泥 焦糖胡萝卜 全麦卷 梨丁 人造黄油	5 ~五月五日节~ 全谷物豆子奶酪卷饼 恩齐拉达辣酱 盛典玉米沙拉 青豆 葡萄干	6 白豆汤 全谷物蟹肉沙拉 黑眼豆沙拉 新鲜橙子	7 烧烤肋条馅饼 羽衣甘蓝 全谷物汉堡面包 温热调味苹果	8 ~母亲节餐~ 索尔兹伯里牛排配肉汁 全谷物通心粉和奶酪 西兰花 杂粮面包 菠萝块 草莓酥饼干 人造黄油	9 鸡肉配南非辣酱 香菜酸橙糙米饭 什锦蔬菜 葡萄干	10 肉丸配蘑菇肉汁 奶油土豆泥 小甘蓝 全麦面包 热带水果 人造黄油
11 瑞典肉丸 全谷物螺旋意面 西兰花 新鲜橙子	12 鸡肉和饼干* 奶油土豆泥 加州什锦蔬菜 *开胃菜中提供全谷物饼干 苹果酱	13 扁豆汤 鹰嘴豆酱卷饼* * 鹰嘴豆酱、羊奶酪、生菜、番茄、洋葱和全麦薄饼 有机五彩胡萝卜 柠檬第戎油醋汁沙拉 桃丁	14 多层薄三明治 整粒玉米 德国凉拌卷心菜 全麦汉堡包 葡萄干	15 土豆皮鳕鱼 黑眼豆 焦糖胡萝卜 全麦卷 菠萝块 巧克力饼干 人造黄油 塔塔酱 柠檬汁	16 回锅肉 糙米 什锦蔬菜 柑橘	17 烤鸡小腿 全谷物通心粉和奶酪 羽衣甘蓝 混合水果
18 索尔兹伯里牛排配肉汁 奶油土豆泥 焦糖胡萝卜 全麦面包 柑橘 人造黄油	19 猪肉配姜葱汁 什锦蔬菜 全麦卷 热带水果 人造黄油	20 牛肉火鸡玉米饼沙拉* * 火鸡和牛肉末、黑豆、切达奶酪、番茄和罗马生菜 全麦烤玉米片 新鲜橙子 墨西哥肉酱 牧场沙拉酱	21 苹果蔓越莓鸡肉 蒸全粗麦粉 小甘蓝 苹果酱	22 ~阵亡将士纪念日餐~ 汉堡肉饼 生菜和番茄 牧场什锦豆子 全谷物汉堡面包 全谷物什锦水果脆片 番茄酱 芥末酱	23 咖喱鸡 糙米 花园什锦蔬菜 梨丁	24 帕尔马干酪猪肉 全谷物意大利面 芝麻菜配白豆 青豆 菠萝块
25 烧烤鸡胸肉 全谷物通心粉和奶酪 羽衣甘蓝 苹果酱	26 烤西兰花鸡肉 糙米 焦糖胡萝卜 混合水果	27 田园蔬菜汤 柠檬胡椒金枪鱼沙拉 黄瓜番茄沙拉 全谷物汉堡面包 新鲜橙子	28 墨西哥炖猪肉 香菜酸橙糙米饭 斑豆 嘉年华什锦蔬菜 葡萄干	29 肉丸和意面酱 全谷物意大利面 青豆 杂粮面包 菠萝块 黑巧克力饼干 人造黄油	30 烤火鸡胸肉配肉汁 青豆 胡萝卜片 全麦卷 新鲜橙子 人造黄油	31 匈牙利猪肉 糙米 什锦蔬菜 梨丁

菜单注释

所有餐食均包括 8 盎司牛奶

表示钠 ≥1000 毫克

餐食可能含以下过敏原：花生、芝麻、树坚果、海鲜、贝类、大豆、鸡蛋、小麦。

菜单可能会更改

该项目的资金来自圣地亚哥县卫生与公众服务机构、老龄与独立服务部门的美国老年人法案基金。

建议捐赠金额为每餐 2.50 美元。

符合条件的用餐者如果没有捐款或无法捐款，不可拒绝其用餐。