



Alimentos para Mayores de Edad Brewster-Bridgeport-Pateros Noviembre 2020



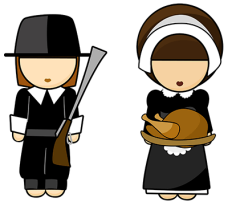
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2	3 Carne Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada de espinaca Ensalada Waldorf Rollo de pan trigel Postre	4 Sopa De Patatas Cheddar 1/2 sándwich de pavo Ensalada de guisantes Bandeja de fruta fresca Galletas Integrales Postre	5 Arroz y atún al horno Verduras de California Ensalada griega Duraznos Pan de ajo Postre	6
9	10 Lasagna de vegetales Queso cottage Ensalada César Albaricoques Pan de ajo Postre	11 CERRADO 	12 jamón Papas empanizadas al horno Zanahorias Glaseadas Ensalada verde Rollo de pan trigel Manzana crujiente	13
16	17 Pollo parmesano Pasta Marinara Verduras de California Ensalada verde Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre	18 Filete a la pimienta Arroz al vapor Col estilo asiático Fruta tropical Rollo de pan trigel Postre	19 Cerdo asado Relleno y salsa Guisantes y zanahorias Ensalada de espinaca Coba Pan de Trigo Postre	20
23	24. Estofado de repollo Ensalada de pasta Ensalada de guisantes Peras pan de maíz Postre	25 Pavo asado Puré de patatas Relleno Judías verdes Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30				



Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00

Menores de 60 años: TARIFA de \$ 8.50

Para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio, llame al director del sitio al 689-2815



Chelan

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes-Manson
2 Salteado de Res y Brócoli sobre Arroz Ensalada de col asiática Naranjas mandarinas Rollo de huevo Postre	3 Tacos de pollo Ensalada Suroeste Ensalada Waldorf Postre	4 Arroz y atún al horno Chicharrones y zanahorias Ensalada griega Melocotones Pan de ajo Postre	5 gulash húngaro Judías verdes Ensalada de espinaca Peras frías Rollo de pan trival Postre	6 Tocino y quiche suizo Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Bandeja de fruta fresca Panecito
9 Ensalada de tocino y huevo en croissant Sopa de tomate y albahaca Ensalada de espinaca Ensalada de cítricos Postre	10 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas Ensalada de verduras mixtas Rollo de pan trival Manzana crujiente	11 CERRADO 	12 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada mixta Bocaditos de piña WW Rp ;; Postre	13 Pollo Frito Al Horno Boniato asado Ensalada De Tomate Cuke Uvas Galleta Barras de cereal
16 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada de brócoli Cerezas y piña Rollo de pan trival Postre 	17 Sándwich Joe descuidado Jo Jo's Ensalada de col Ensalada de frutas Postre	18 Pastel de carne Ensalada César Ensalada Waldorf Rollo de pan trival Postre	19 Sándwich Estilo Deli Sopa de verduras Bayas mixtas Postre	20 Filete a la pimienta Arroz Ensalada de verduras Naranjas mandarinas Rollo de pan trival Postre
23 Pollo parmesano Pasta Marinara Verduras de California Ensalada César Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre	24 Filete de hamburguesa Puré de patatas Trío de verduras Ensalada de verduras Rollo de pan trival Cereza crujiente	25 Pavo asado Relleno y salsa Judías verdes Patatas dulces Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 Taco Tater 1/2 papa al horno con acompañamientos de taco Baja Veggies Peras frías Chips de tortilla Postre	Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Llame al 509-470-0522 para obtener más información sobre el programa de comidas a domicilio.			



Davenport

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 	3 Quiche Lorraine Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Bandeja de fruta fresca Panecito	4 	5 Filete Salisbury con salsa de champiñones 1/2 papa al horno Judías verdes Rollo de pan trigel Zapatero de la cereza	6 Sopa de jamón y chicharrones partidos 1/2 sándwich de pavo Ensalada De Lechuga Y Tomate Bocaditos de piña Galletas Integrales Postre
9 	10 Taco Tater 1/2 papa al horno con todas las fijaciones de tacos Peras frías Chips de tortilla Postre	11 CERRADO	12 Asado De Cerdo Estofado Relleno y salsa Zanahorias asadas Ensalada de espinaca Ensalada de frutas Postre	13 gulash húngaro Chicharos Ensalada César Ensalada Waldorf Pan o rollo de trigo Postre
16 	17 Arroz y atún al horno Verduras de California Ensalada griega Melocotones Pan de ajo Postre	18 	19 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada César Cerezas y piña Rollo de pan trigel Postre	20 Pollo Frito Al Horno Boniato asado Ensalada de tomate y cuke Uvas Galleta Barras de cereal
23 	24 Pavo asado Puré de patatas Relleno cazuela de judías verdes Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	25 	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 	Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Llame al Director de Nutrición para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio al número gratuito 844-826-7979			



Entiat

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 Salteado de Res y Brócoli sobre Arroz Ensalada de col asiática Naranjas mandarinas Rollo de huevo Postre	3	4	5 gulash húngaro Judías verdes Ensalada de espinaca Peras frías Rollo de pan trigel Postre	6
9 Ensalada de tocino y huevo en croissant Sopa de tomate y alba- haca Ensalada de espinaca Ensalada de cítricos Postre	10	11 CERRADO 	12 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada mixta Bocaditos de piña WW Rp ;; Postre	13
16 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada de brócoli Cerezas y piña Rollo de pan trigel Postre	17 	18	19 Sándwich Estilo Deli Sopa de verduras Bayas mixtas Postre	20
23 Pollo parmesano Pasta Marinara Verduras de California Ensalada César Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre	24	25	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 Taco Tater 1/2 papa al horno con acompañamientos de taco Baja Veggies Peras frías Chips de tortilla Postre				

24 HORAS ANTICIPADAS PARA RESERVAR O CANCELAR

Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00

Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00

Llame al 509-470-0522 para obtener más información sobre el programa de comidas a domicilio.

Es muy costoso para el programa de comidas para personas mayores cuando no cancela sus reservas. Si sabe que no puede asistir, llame y cancele.

Para Chelan 888-4440 entre las 8 a.m. y las 2 p.m.
Para Entiat 888-0952



Harrington

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2	3 Quiche Lorraine Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Bandeja de fruta fresca Panecito	4	5 Filete Salisbury con salsa de champiñones 1/2 papa al horno Judías verdes Rollo de pan trigel Zapatero de la cereza	6 Sopa de jamón y chicharrones partidos 1/2 sándwich de pavo Ensalada De Lechuga Y Tomate Bocaditos de piña
9	10 Taco Tater 1/2 papa al horno con todas las fijaciones de tacos Peras frías Chips de tortilla Postre	11 CERRADO 	12 Asado De Cerdo Estofado Relleno y salsa Zanahorias asadas Ensalada de espinaca Ensalada de frutas Postre	13 gulash húngaro Chícharos Ensalada César Ensalada Waldorf Pan o rollo de trigo Postre
16 	17 Arroz y atún al horno Verduras de California Ensalada griega Melocotones Pan de ajo Postre	18	19 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada César Cerezas y piña Rollo de pan trigel Postre	20 Pollo Frito Al Horno Boniato asado Ensalada de tomate y cuke Uvas Galleta Barras de cereal
23	24 Pavo asado Puré de patatas Relleno cazuela de judías verdes Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	25 	26 CERRADO 	27 CERRADO
30				



Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.00 FEE

Please call the Nutrition Director for more information about the Home Delivered Meal program toll-free 844-826-7979



Leavenworth

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 Salteado de Res y Brócoli sobre Arroz Ensalada de col asiática Naranjas mandarinas Rollo de huevo Postre	3	4 Arroz y atún al horno Chicharrones y zanahorias Ensalada griega Melocotones Pan de ajo Postre	5	6 Tocino y quiche suizo Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Bandeja de fruta fresca panecito
9 Ensalada de tocino y huevo en croissant Sopa de tomate y albahaca Ensalada de espinaca Ensalada de cítricos Postre	10 	11 CERRADO 	12	13 Pollo Frito Al Horno Boniato asado Ensalada De Tomate Cuke Uvas Galleta Barras de cereal
16 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada de brócoli Cerezas y piña Rollo de pan trival Postre	17	18 Pastel de carne Ensalada César Ensalada Waldorf Rollo de pan trival Postre	19	20 Filete a la pimienta Arroz Ensalada de verduras Naranjas mandarinas Rollo de pan trival Postre
23 Pollo parmesano Pasta Marinara Verduras de California Ensalada César Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre	24 	25 Pavo asado Relleno y salsa Judías verdes Patatas dulces Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 Taco Tater 1/2 papa al horno con acompañamientos de taco Baja Veggies Peras frías Chips de tortilla Postre	Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Llame al 509-548-6666 para obtener más información sobre el programa de comidas a domicilio.			



Odessa

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 filete suizo Pasta Penne con ajo y pimienta roja Verduras de California Ensalada César Cóctel de frutas Pan francés Postre	3	4 Pollo Cordon Bleu Cazuela Zanahorias Glaseadas Ensalada Verde Tostada Ensalada de cítricos Pan o rollo trigel Postre	5 Pescado al horno Arroz de jardín Judías verdes Ensalada de chicharron crujientes Rollo de pan trigel Pera crujiente	6
9 Sopa de jamón y guisantes partidos 1/2 sándwich de pavo Ensalada De Lechuga Y Tomate Piña Galletas de trigo Postre	10	11 CERRADO 	12 Sándwich Joe descuidado Jo Jo's Ensalada de col Ensalada de frutas Postre	13
16 Galletas y salsa Huevos revueltos Papas Doradas al Horno Jugo V-8 Cuartos de naranja Postre	17 	18 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada César Cerezas y piña Rollo de pan trigel Postre	19 Papa Rellena De Taco Baja Veggies Peras frías Chips de tortilla Postre	20 
23 Arroz y atún al horno Mezcla de verduras de California Ensalada griega Melocotones Pan de ajo Postre	24	25 Pavo asado con salsa Puré de patatas Relleno cazuela de judías verdes Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27
30 Filete de Salisbury con Salsa de champiñones 1/2 papa al horno Judías verdes Pan o rollo trigel Zapatero de frutas		Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Llame al Director de Nutrición para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio al número gratuito 844-826-7979		



Omak-Okanogan

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Okanogan	Omak	Okanogan	Omak	
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 Pollo parmesano Pasta Marinara Judías verdes Ensalada mixta Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre	3 filete suizo Pasta con Ajo y Pimienta Verduras de California Ensalada César Copa de frutas Pan francés Postre	4 Galletas y salsa Papas al horno Jugo V-8 Cuartos de naranja Mollete	5 	6 Cerdo asado Relleno y salsa Chicharrones y zanahorias Ensalada de espinaca Peras frías Postre
9 Cazuela de pollo Cordon Bleu Verduras de Normandía Ensalada Verde Tostada Cóctel de frutas Pan de Rollo Trigal Postre	10 Sándwich Joe descuidado Jo Jo's Ensalada de col Ensalada de frutas Postre	11 CERRADO 	12	13 Idaho Taco Baja Veggies Peras frías Chips de tortilla Postre
16 pastel de carne Patatas y salsa Vegetales Mixtos Ensalada de espinaca Peras frías Pan de Rollo Trigal Postre	17 Pollo BBQ Ensalada de macarrones Coliflor y cebollino Ensalada Verde Tostada Fruta fresca mixta Galleta Postre	18 Albóndigas suecas Pilaf de arroz Zanahorias Glaseadas Ensalada César Fruta tropical Pan de Rollo Trigal Postre	19 	20 Sopa de jamón y chicharon partidos 1/2 sándwich de pavo Ensalada De Lechuga Y Tomate Piña Galletas de Trigo Postre
23 Tacos de cerdo Ensalada Suroeste Piña Postre	24 Pastel de carne Ensalada César Ensalada Waldorf Pan de Rollo Trigal Postre	25 Pavo asado Puré de patatas Relleno Calabaza asada Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 Salteado de pollo Arroz Ensalada de col asiática Naranjas mandarinas Rollo de huevo Postre	Se sugiere para personas mayores de 60 años donación \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Para recibir comidas a domicilio, llame al 509-826-7979			



Oroville / Tonasket

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



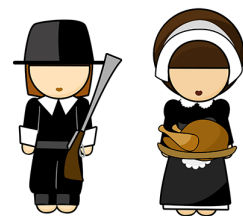
Tonasket	Oroville	Tonasket	Oroville / Tonasket	Oroville
Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 Ensalada de tocino y huevo Ensalada de zanahoria y pasas Ensalada de espinaca Naranjas Postre	3 Salteado de Res y Brócoli Arroz Ensalada de col asiática Naranjas mandarinas Rollo de huevo Postre	4 Burritos de carne Ensalada Suroeste Ensalada de frutas Postre	5 Sopa de frijoles marinos 1/2 sándwich de pavo Ensalada mixta Las remolachas en escabeche pan de maíz Gelatina de frutas	6 Pollo BBQ Ensalada de macarones Coliflor con hierbas Ensalada Verde Tostada Fruta fresca mixta Panecito de maíz Postre
9 Pastel de carne Ensalada César Piña Rollo de pan trigel Postre	10 Cazuela De Jamón Y Patatas Gratinadas Judías verdes Ensalada mixta Cóctel de frutas Rollo de pan trigel Postre	11 CERRADO 	12 Albóndigas suecas Fideos de huevo Zanahorias Glaseadas Ensalada César Piña Rollo de pan trigel Postre	13 Pescado al horno Arroz de jardín Chicharron con mantequilla Ensalada de brócoli Rollo de pan trigel Pera crujiente
16 Galletas y salsa Papas al horno Jugo V-8 Parfait de arándanos	17 Sándwich Joe descuidado Jo Jo's Ensalada de Frito Ensalada de frutas Postre 	18 Cerdo asado Relleno y salsa Verduras de otoño asadas Ensalada de espinaca Manzanas canela Rollo de pan trigel Postre	19 Cazuela de pollo Cordon Bleu Verduras de Normandía Ensalada Verde Tostada Pan o rollo de trigo Gelatina de frutas	20 Pastel de carne Ensalada César Piña Rollo de pan trigel Postre
23 Pescado al horno Arroz de jardín Guisantes con mantequilla Ensalada de brócoli Rollo de pan trigel Pera crujiente	24 Pavo asado Puré de patatas Judías verdes Ensalada verde Ensalada Waldorf Rollo de pan trigel Pastel de calabaza	25 Pavo asado Puré de patatas Zanahorias Glaseadas Ensalada verde Salsa de arándanos Rollo de pan trigel Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 pastel de carne Puré de patatas Coles de Bruselas Ensalada especiada Peras frías Galleta con queso Postre		Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00 Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00 Llame al Director del sitio para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio en 486-2483		



Twisp

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2 pastel de carne Puré de patatas Verduras mixtas Ensalada de espinaca Peras frías Rollo de pan trigel Postre	3 	4	5 Cazuela de pollo Cordon Bleu Verduras de Normandía Ensalada Verde Tostada Cóctel de frutas Rollo de pan trigel Postre	6 Galletas y salsa Huevos revueltos Papas Doradas al Horno Jugo V-8 Cuartos de naranja Postre
9 Sándwich Joe descuidado Jo Jo's Ensalada de col Ensalada de frutas Postre	10	11 CERRADO 	12 Papa Rellena De Taco Con todas las coberturas Peras frías Chips de tortilla Postre	13 Pollo parmesano Pasta Marinara Mezcla de verduras de California Ensalada verde Naranjas mandarinas Pan de ajo Postre
16 gulash húngaro Judías verdes Ensalada de espinaca Ensalada Waldorf Rollo de pan trigel Postre	17	18	19 Estofado de repollo Ensalada de chacharrones Peras Galletas Integrales Pan de maíz Postre 	20 Tocino y quiche suizo Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Bandeja de fruta fresca Mollete
23 Pavo asado Relleno Patatas dulces Judías verdes Rollo de pan trigel Pastel de calabaza	24 	25	26 CERRADO 	27
30 Lasagna de vegetales requeson Ensalada César Albaricoques Pan de ajo Postre				

Mayores de 60 años: donación sugerida \$ 4.00

Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00

Llame al Director del sitio para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio al 997-7722



Wilbur

Alimentos para Mayores de Edad

Noviembre 2020



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
2	3 sopa de elote 1/2 jamón y queso Emparedado Ensalada de guisantes Bandeja de fruta fresca Galletas de trigo Postre	4 pastel de carne Patatas y salsa Verduras mixtas Ensalada de espinaca Peras frías Rollo de pan trigel Postre	5 Filete de pescado al horno Pasta con ajo y parmesano Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Rollo de pan trigel Zapatero de la cereza	6
9	10 Lasagna de vegetales Requeson Ensalada César Albaricoques Pan de ajo Postre	11 CERRADO 	12 Sándwich de cerdo desmenuzado Frijoles horneados Jo Jo's Ensalada de col Fruta tropical Postre	13
16	17 Hamburguesa con queso Deluxe Patatas dulces fritas Ensalada de papas Peras en rodajas Postre	18 Cerdo al curry Arroz Ensalada de pepino Uvas Rollo de pan trigel Postre	19 Ensalada de tocino y huevo en croissant Sopa de tomate y albahaca Ensalada de espinaca Ensalada de cítricos Postre	20 
23	24 Fajitas de pollo Arroz español Salsa fresca Naranjas mandarinas Postre	25 Pavo asado Puré de patatas Relleno cazuela de judías verdes Ensalada verde Ensalada de arándanos Pastel de calabaza	26 CERRADO 	27 CERRADO
30 				

**Adultos mayores de 60 años: sugerido
donación \$ 4.00**

Menores de 60 años: tarifa de \$ 8.00

Llame al Director de Nutrición para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio al número gratuito 844-826-7979