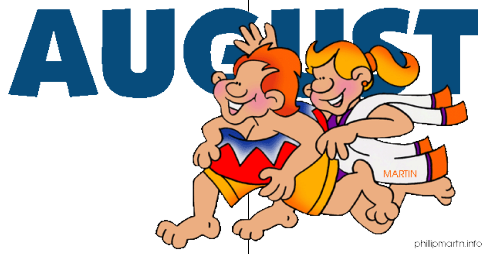




Senior Meals

Brewster-Bridgeport-Pateros

August 2018

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada César Melocotones WW Pan o Roll Postre	2 Ensalada de atún Sandwich Ensalada de tres frijoles Ensalada de pasta vegetariana Gelatina fructífera	3 
6 	7 Fish & Chips Remolacha Ensalada de col Pan de ajo Berry Shortcake 	8 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina fructífera	9 Hot Dogs Frijoles horneados Ensalada de zanahoria Ensalada Cuke & Tomato Sandía Postre	10 
13 	14 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	15 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Melocotones Pan de ajo Postre	16 Fajitas de pollo Papas de Jo Jo Ensalada de espinaca Mandarinas Barras de pan Postre	17 
20 	21 pastel de carne Patatas y salsa Brócoli Ensalada verde arrojada Peras WW Roll Postre	22 Chile de jardín Queso cottage Ensalada César Frituras de maíz WW Roll Fruta crujiente	23 Cerdo agridulce Arroz Revuelta las verduras fritas Ensalada de pepino Fruta tropical WW Pan o Roll Postre	24 
27 	28 Pollo BBQ Pasta de ajo Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca WW Roll Postre de duraznos	29 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada de verduras Pan de ajo Gelatina fructífera	30 jamón Roast Sweet Papas Brócoli Ensalada de verduras mixtas Piña Pudín de pan	31 

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

Please call the Site Director for more information about the Home Delivered Meal program at 689-2815

It is very costly to the senior meal program when you do not cancel your reservations.
If you know you can't make it—Please call and cancel!
Chelan 888-4440
Manson 687-3377



Chelan Senior Meals

August 2018



24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday-Manson

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

Please call 509-470-0522 for more information about the Home Delivered Meal program.

1

Pollo BBQ
Patatas dulces fritas
Coliflor con cebolletas
Ensalada de espinaca
Melones
Rodar
Postre



2

Caserola de Atun y Fideos
Guisantes y zanahorias
Ensalada de verduras
Pan de ajo
Gelatina fructífera

3

Espagueti y salsa de carne
Ensalada César
Mandarinas
Pan de ajo
Postre

6

Filete Salisbury
Patatas y salsa
Brócoli
Ensalada Veggie
Cóctel de frutas
Pan WW
Postre

7

Ensalada de taco
Arroz español
Ensalada de tres frijoles
Piña
Chips de tortilla
Postre

8

Chuletas de cerdo o asado
Relleno y salsa
Capri Vegetables
Ensalada de espinaca
Coba
WW Pan o Roll
Postre

9

Pastel de carne y salsa
Puré
Brócoli
Ensalada César
Peras
WW Roll
Postre

10

Abrigo de pollo César
Ensalada de papas
Ensalada de verduras marinadas
Rebanada de melón
Postre



13

Enchiladas de pollo
Arroz español
Ensalada verde con tomates
Peras de canela
Postre

14

Filete de pollo frito
Patatas y salsa
Judías verdes
Ensalada de verduras
Melocotones
Pan WW
Postre



15

Hot Dogs
Frijoles horneados
Ensalada de papas
Ensalada Cuke & Tomato
Sandía
Postre

16

pollo Cacciatore
Arroz salvaje
Ensalada de zanahoria con pasas de uva
Pan de ajo
Gelatina fructífera

17

Cazuela de pimienta rellena
Ensalada de verduras
Melocotones
WW Pan o Roll
Postre

20

Fish & Chips
Remolacha
Ensalada de col
Galleta caseosa
Gelatina fructífera

21

Chicken A La King
Sobre galletas
Verduras de Normandía
Ensalada verde arrojada
Manzanas picantes
Postre

22

Sandwich de ensalada de tocino y huevo en croissant
Bandeja de verduras
Calabaza de verano y ensalada de sandía
Copa de fruta
Postre

23

Yakisoba (Carne de vaca y fideos)
Revuelta las verduras fritas
Asian Style Slaw
Peras de canela
Breadsticks
Postre



24

Fajitas de pollo
Jo 'Jo's
Trio Vegetables
Ensalada de espinaca
Mandarinas
Pan de ajo
Postre

27

Chile blanco de pollo
Ensalada de verduras de pasta
Rebanadas de melón
WW Roll
Postre



28

Sándwich de cerdo a la barbacoa
Frijoles horneados
Ensalada de guisantes crujientes
Ensalada de col
pastel de fresas

29

Albóndigas y salsa
Puré
Verduras mixtas
Ensalada verde y tomate
Melocotones
WW Pan o Roll
Postre

30

Abrigo de carne y espinacas
Ensalada de papas
Ensalada de pepino
Melocotones
Helado

31

Carne de vaca
Stroganoff
Judías verdes
Ensalada de verduras
WW Roll
Gelatina fructífera

WE LOVE
OUR VOLUNTEERS



shutterstock - 72067507

Davenport Senior Meals August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1	2 Abrigo de pollo César Ensalada de papas Ensalada de vegetales marinados Rebanadas de melón Postre	3 Fish & Chips Remolacha Ensalada de col Pan de ajo Gelatina fructífera
6	7 California Chicken Cass. Judías verdes Ensalada de verduras Melocotones Pan WW Postre	8 	9 Pastel de carne y salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	10 Fajitas de pollo Papas de Jo Jo Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas Pan de ajo Postre
13 	14 Riblets de barbacoa Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col Pan de ajo pastel de fresas	15	16 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina fructífera	17 Ensalada de atún Sandwich Ensalada de pepino y sandía Arándanos Helado 
20	21 Huevos revueltos y jamón Horno Patatas marrones Tomates cocidos Ensalada verde Melones mezclados Muffin de arándanos	22	23 Chuletas de cerdo Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre	24 Chicken A La King Sobre galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrojada Manzanas picantes Postre 
27 	28 Pollo al horno Ensalada de pasta Judías verdes Tomates cocidos Anillos de piña WW Pan o Roll Postre	29	30 Ensalada de taco Arroz español Ensalada de tres frijoles Coba Chips de tortilla Postre	31 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre

**Seniors Age 60 & over—suggested donation
\$4.00**

Under age 60—\$8.50 FEE

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

**WE LOVE
OUR VOLUNTEERS**



Entiat Senior Meals August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
			2 Caserola de Atun y Fideos Guisantes y zanahorias Ensalada de verduras Pan de ajo Gelatina fructífera	3
6 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	7	8	9 Pastel de carne y salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	10
13 Enchiladas de pollo Arroz español Ensalada verde con tomates Peras de canela Postre	14 	15	16 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera	17
20 Fish & Chips Remolacha Ensalada de col Galleta caseosa Gelatina fructífera	21	22	23 Yakisoba (Carne de vaca y fideos) Revuelva las verduras fritas Asian Style Slaw Peras de canela Breadsticks Postre	24
27 Chile blanco de pollo Ensalada de verduras de pasta Rebanadas de melón WW Roll Postre	28	29 	30 Abrigo de carne y espinacas Ensalada de papas Ensalada de pepino Melocotones Helado	31

24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

**Seniors Age 60 & over—suggested donation
\$4.00**

Under age 60—\$8.50 FEE

Please call 509-470-0522 for more information about the
Home Delivered Meal program.

It is very costly to the senior meal program
when you do not cancel your reservations.
If you know you can't make it—Please call
and cancel!
For Chelan 888-4440 between 8am & 2 pm
For Entiat 509-421-1593



Harrington Senior Meals August 2018



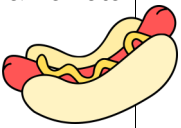
Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

		1 Pollo BBQ Ensalada de papas Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca WW Roll Berry Cobbler	2	3
6 pastel de carne Patatas y salsa Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	7 Ensalada de atún Sandwich Ensalada de tres frijoles Bayas de Oregon Helado	8 Filete de pescado Patatas sazonadas Ensalada de calabaza y melón Ensalada de col Melocotones WW Pan o Roll Postre	9 	10
13 Huevos revueltos y jamón Horno Patatas marrones Ensalada verde Tomates cocidos Melones mezclados Muffin de arándanos	14 Chicken A La King sobre Galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrozada Melocotones Postre 	15 Cerdo asado Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre	16	17
20 Enchiladas de pollo Arroz español Verduras mixtas Ensalada verde y tomate Melocotones Postre	21 Riblets de barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col WW Roll pastel de fresas	22 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera	23 	24
27 Ensalada de taco Arroz español Ensalada de tres frijoles Coba Chips de tortilla Postre	28 Filete Salisbury Patatas y salsa Zanahorias Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	29 Salchicha Frijoles horneados Ensalada de papas Ensalada Cuke & Tomato Sandía Postre 	30	31

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

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

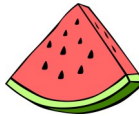


Leavenworth Senior Meals

August 2018



24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call 509-548-6666 for more information about the Home Delivered Meal program.		1 Abrigo de pollo César Ensalada de papas Veggies marinados Rebanadas de melón Postre 	2 Riblets de barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada verde arrojada Pan de ajo pastel de fresas	3 Filete de pescado Patatas sazonadas Ensalada de col Calabaza de verano y ensalada de sandía Melocotones WW Pan o Roll Postre
6 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Uvas Pan de ajo Postre	7 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada con tomates Melocotones WW Pan o Roll Postre	8 Caserola de Atun y Fideos Chicharos Ensalada de verduras Pan de ajo Gelatina fructífera	9 Chicken A La King Sobre galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrojada Ensalada Waldorf Postre	10 Tarta de taco carne Ensalada de col Ensalada del sudoeste Berry Shortcake 
13 jamón Patatas Dulces Asadas Espinacas Ensalada de verduras Anillos de piña Pudín de pan	14 pastel de carne Patatas y salsa Guisantes y zanahorias Ensalada de primavera Peras WW Roll Postre 	15 Pollo al horno Papas de Jo Jo Judías verdes Las remolachas en escabeche Cóctel de frutas WW Pan o Roll	16 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre	17 Albondigas de barbecue Pasta de ajo Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Rodar Cobbledor de frutas
20 Chop Suey de Pollo Fideos o arroz Asian Style Slaw Piña Pan de ajo Postre	21 Fajitas de pollo Papas de Jo Jo Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas WW Pan o Roll Postre	22 Abrigo de carne y espinacas Ensalada de zanahoria con pasas de uva Bandeja de fruta fresca Chips de tortilla Postre	23 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	24 Hot Dogs Frijoles horneados Ensalada de papas Ensalada Cuke & Tomato Sandía Postre 
27 Carne de barbacoa o sándwich de cerdo tirado Ensalada de brócoli Ensalada verde Melocotones Postre	28 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina fructífera	29 White Bean Chicken Chili Ensalada de verduras de pasta Rebanadas de melón WW Roll Postre 	30 Tacos y frijoles refritos Arroz español Ensalada de estilo mexicano Copa de fruta Postre	31 Cazuela de pollo con espagueti Ensalada mixta Albaricoques Pan WW Postre



It is very costly to the senior meal program when you do not cancel your reservations.
If you know you can't make it 509-548-6666



Manson Senior Meals August 2018

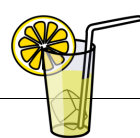


shutterstock - 72067507

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday-Manson

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00
Under age 60—\$8.50 FEE

Please call 509-470-0522 for more information about the Home Delivered Meal program.

		1 Pollo BBQ Patatas dulces fritas Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Melones Rodar Postre	2 Caserola de Atun y Fideos Guisantes y zanahorias Ensalada de verduras Pan de ajo Gelatina fructífera	3 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre
6 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	7 Ensalada de taco Arroz español Ensalada de tres frijoles Piña Chips de tortilla Postre	8 Chuletas de cerdo o asado Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre	9 Pastel de carne y salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	10 Abrigo de pollo César Ensalada de papas Ensalada de verduras marinadas Rebanada de melón Postre 
13 Enchiladas de pollo Arroz español Ensalada verde con tomates Peras de canela Postre	14 Filete de pollo frito Patatas y salsa Judías verdes Ensalada de verduras Melocotones Pan WW Postre	15 Hot Dogs Frijoles horneados Ensalada de papas Ensalada Cuke & Tomato Sandía Postre 	16 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera	17 Cazuela de pimienta rellena Ensalada de verduras Melocotones WW Pan o Roll Postre
20 Fish & Chips Remolacha Ensalada de col Galleta caseosa Gelatina fructífera 	21 Chicken A La King Sobre galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrojada Manzanas picantes Postre	22 Sandwich de ensalada de tocino y huevo en croissant Bandeja de verduras Calabaza de verano y ensalada de sandía Copa de fruta Postre	23 Yakisoba (Carne de vaca y fideos) Revuelva las verduras fritas Asian Style Slaw Peras de canela Breadsticks Postre	24 Fajitas de pollo Jo 'Jo's Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas Pan de ajo Postre
27 White Bean Chicken Chili Ensalada de verduras de pasta Rebanadas de melón WW Roll Postre	28 Sándwich de cerdo a la barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col pastel de fresas	29 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada verde y tomate Melocotones WW Pan o Roll Postre	30 Abrigo de carne y espinacas Ensalada de papas Ensalada de pepino Melocotone: Helado 	31 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina fructífera

24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

It is very costly to the senior meal program when you do not cancel your reservations.
If you know you can't make it—Please call and cancel!
For Chelan 888-4440 between 8am & 2 pm For Manson 687-3377





Odessa Senior Meals August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call the Nutrition Director for more information about the Home Delivered Meal program toll-free 844-826-7979		1 Pollo BBQ Pasta de ajo Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Rodar Cobbler de albaricoque	2 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada verde y tomate Melocotones WW Pan o Roll Postre	3
6 Cazuela de pollo de California Judías verdes Ensalada de verduras Melocotones Pan WW Postre	7 	8 Riblets de barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col Pan de ajo pastel de fresas	9 pastel de carne Patatas y salsa Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	10
13 Fajitas de pollo Jo Jo Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas Pan de ajo Postre	14	15 Cazuela de pimienta rellena Ensalada de verduras Peras de canela WW Roll Postre	16 Filete de pescado Patatas sazonadas Ensalada de col Ensalada de calabaza / sandía Melocotones WW Pan o Roll Postre	17 
20 Pollo Agridulce Arroz al vapor Revuelta las verduras fritas Ensalada de pepino Fruta tropical WW Pan o Roll Postre	21 	22 Cerdo asado Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre	23 Caserola de Atun y Fideos Guisantes y zanahorias Ensalada de verduras Pan de ajo Gelatina fructífera	24
27 Pollo al horno Ensalada de pasta Judías verdes Tomates cocidos Anillos de piña WW Pan o Roll Postre	28	29 Chile de jardín Queso cottage Ensalada César Chips de tortilla WW Roll Fruta crujiente	30 Abrigo de carne y espinacas Ensalada de papas Melocotones Jell-O	31 

WE LOVE
OUR VOLUNTEERS



Omak-Okanogan Senior Meals August 2018



Okanogan	Omak	Okanogan	Omak	
Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE For Home Delivered Meals please call 509-826-7979		1 Riblets de barbacoa Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col Pan WW pastel de fresas	2 	3 Pollo al horno Ensalada de pasta Judías verdes Tomates cocidos Anillos de piña WW Pan o Roll Postre
6 Pastel de carne con salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	7 Cerdo agri dulce Arroz Revuelva las verduras fritas Ensalada de pepino Ensalada de frutas tropicales	8 Huevos revueltos y jamón Horno Patatas marrones Tomates cocidos Ensalada verde Melones mezclados Muffin de arándanos	9 	10 Carne de barbacoa o sándwich de cerdo tirado Ensalada de brócoli Ensalada verde Melocotones Postre
13 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas WW Pan o Roll Postre	14 Ensalada de taco Arroz español Ensalada de tres frijoles Coba Chips de tortilla Barras de limón	15 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina de frutas 	16	17 Chuletas de cerdo Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre
20 Sándwich de ensalada de pollo Ensalada de tres frijoles Bayas mixtas Helado 	21 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera	22 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada verde y tomate Melocotones WW Pan o Roll Postre	23	24 Yakisoba (Carne de vaca y fideos) Revuelva las verduras fritas Asian Style Slaw Peras de canela Pan de ajo Postre
27 Pollo BBQ Ensalada de papas Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Rodar Cobbledor de frutas	28 Sandwich de ensalada de tocino y huevo en croissant Bandeja de verduras Remolacha Copa de fruta Postre	29 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre	30 	31 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada de verduras Galleta Gelatina fructífera

WE LOVE
OUR VOLUNTEERS



Oroville Senior Meals

August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call the Site Director for more information about the Home Delivered Meal program at 476-2412		1 	2 Pollo BBQ Pasta de ajo Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca WW Roll Zapatero de la cereza	3 Ensalada de atún Sandwich Ensalada de papas Ensalada de tres frijoles Gelatina fructífera
6 	7 Pastel de carne y salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	8 	9 Abrigo de pollo César Ensalada de papas Ensalada de vegetales marinados Rebanadas de melón Postre 	10 Chuletas de cerdo Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Coba WW Pan o Roll Postre
13 	14 Cazuela de pimienta rellena Ensalada de verduras Peras de canela WW Pan o Roll Postre	15 	16 Chicken A La King Sobre galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrojada Manzanas picantes Postre	17 Filete de pescado al horno Patatas sazonadas Ensalada de col Ensalada de calabaza y sandía Melocotones WW Pan o Roll Postre
20 	21 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras Albaricoques WW Roll Postre	22 	23 Enchiladas de pollo Arroz español Verduras mixtas Ensalada verde y tomates Melocotones Postre	24 Ensalada de tocino y huevo Emparedado Bandeja de verduras Remolacha Copa de fruta Postre
27 	28 Fajitas de pollo Papas de Jo Jo Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas Pan WW Postre	29 	30 Riblets de barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col Chips de tortilla pastel de fresas	31 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera

WE LOVE
OUR VOLUNTEERS



Tonasket Senior Meals August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call the Site Director for more information about the Home Delivered Meal program at 486-2483		1 Pollo parmesano Pasta de ajo Veggies de mezcla italiana Ensalada César WW Pan o Roll Fruta Ambrosia	2 Filete de pescado Patatas sazonadas Ensalada de col Ensalada de calabaza / sandía Melocotones WW Pan o Roll	3 
6 Pastel de carne y salsa Puré Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	7 	8 Chicken A La King sobre Galletas Verduras de Normandía Ensalada de verduras mixtas Manzanas picantes Postre	9 jamón Patatas Dulces Asadas Espinacas Ensalada de verduras Rodajas de piña Pudín de pan	10
13 Rollos rellenos de col Ensalada de verduras Melocotones WW Pan o Roll Postre	14	15 Cerdo agridulce Arroz de jardín Revuelva las verduras fritas Ensalada de pepino Fruta tropical WW Pan o Roll	16 Pollo BBQ Pasta de ajo Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Rodar Cobbledor de frutas	17 
20 Huevos revueltos con jamón Horno Patatas doradas Tomates cocidos Ensalada verde Melones mezclados Muffin de arándanos	21 	22 Espaguetti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre	23 Filete Salisbury Patatas y salsa Brócoli Ensalada Veggie Cóctel de frutas Pan WW Postre	24
27 Pollo al horno Ensalada de pasta Tomates cocidos Judías verdes Anillos de piña WW Pan o Roll Postre	28	29 Chuletas de cerdo Relleno y salsa Capri Vegetables Ensalada de espinaca Caba WW Pan o Roll Postre	30 Ensalada de taco Arroz español Ensalada de frijoles Peras de canela Chips de tortilla Postre	31 



Twisp Senior Meals August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call the Site Director for more information about the Home Delivered Meal program at 997-7722			2 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Gelatina fructífera	3 Ensalada de atún Sandwich Ensalada verde arrojada Ensalada de 3 frijoles Berry Shortcake 
6 Carne de barbacoa o cerdo tirada Emparedado Ensalada de brócoli Ensalada verde Peras Postre 	7	8	9 Cazuela de pimienta rellena Ensalada de verduras Melocotones WW Pan o Roll Postre	10 Fish & Chips Remolacha Ensalada de col Pan de ajo Gelatina fructífera
13 Espagueti y salsa de carne Ensalada César Mandarinas Pan de ajo Postre	14	15 	16 pastel de carne Patatas y salsa Brócoli Ensalada César Peras WW Roll Postre	17 Costillas de barbacoa Frijoles horneados Ensalada de guisantes crujientes Ensalada de col Pan de ajo pastel de fresas
20 Carne de vaca Stroganoff Judías verdes Ensalada de verduras WW Roll Gelatina fructífera	21	22	23 Hot Dogs Ensalada de papas Ensalada de zanahoria con pasas de uva Ensalada Cuke & Tomate Sandía	24 Chicken A La King sobre Galletas Verduras de Normandía Ensalada verde arrojada Manzanas picantes Postre
27 Cerdo agri dulce Arroz al vapor Revuelta las verduras fritas Ensalada de pepino Fruta tropical WW Pan o Roll Postre	28 	29	30 Tarta taco de carne Ensalada de col Ensalada del sudoeste Berry Shortcake	31 White Bean Chicken Chili Ensalada de verduras de pasta Rebanadas de melón WW Roll Postre 



Wilbur Senior Meals

August 2018



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
		1 Chicken A La King Sobre galletas Verduras mixtas Ensalada verde arrojada Manzanas picantes Postre	2 Fish & Chips Ensalada de zanahoria con pasas de uva Ensalada de col Pan de ajo Gelatina fructífera	3
6 	7 Hot Dogs Frijoles horneados Zanahorias Ensalada Cuke & Tomato Sandía Helado	8 pastel de carne Patatas y salsa Judías verdes Ensalada César Albaricoques WW Roll Postre	9 Abrigo de pollo César Ensalada de papas Ensalada de vegetales marinados Fruta tropical Postre	10
13 	14 White Bean Chicken Chili Ensalada de verduras Ensalada de apio de manzana pan de maíz Tarta de frambuesa	15 Ensalada de tocino y huevo en un cruasán Ensalada de guisantes Melón rebanado Postre	16 Pollo BBQ Ensalada de macarrones Coliflor con cebolletas Ensalada de espinaca Galleta Gelatina fructífera	17 
20 	21 Fajitas de pollo Papas de Jojo Trio Vegetables Ensalada de espinaca Mandarinas Pan de ajo Postre	22 Albóndigas y salsa Puré Verduras mixtas Ensalada verde con tomates Melocotones WW Pan o Roll Postre	23 Yakisoba (Carne de vaca y fideos) Revuelva las verduras fritas Asian Style Slaw Peras de canela Pan de ajo Galletas de la fortuna	24
27 	28 Ensalada de atún Sandwich Ensalada de tres frijoles Arándanos	29 Filete Salisbury Puré de papas / salsa Trio Vegetables Ensalada verde Cóctel de frutas Pan WW Postre	30 pollo Cacciatore Arroz salvaje Ensalada de zanahoria con pasas de uva Pan de ajo Manzana crujiente	31

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

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

