



Comidas Mayores

Brewster-Bridgeport-Pateros

Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 CLOSED 	2 Dip francés Las remolachas en es- cabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	3 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	4
7	8 Albóndigas italianas en Salsa marinara Pastas Verduras italianas Ensalada César Cóctel de frutas Pan de ajo Postre	9 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Duraznos Postre	10 Pollo frito al horno Jo Jo Maíz con mantequilla Ensalada De Especias Cuartos de naranja Rollo de WW Postre	11
14	15 Galletas y salsa Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Muffin de arándanos	16 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada de espinaca Duraznos Pan de ajo Postre	17 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	18 
21 CLOSED 	22 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada verde Peras WW Bread or Roll Postre	23 Pescado al horno Arroz salvaje Maíz con mantequilla Ensalada de col Ensalada De Cítricos WW Bread or Roll Postre	24 Pescado al horno Arroz salvaje Maíz con mantequilla Ensalada de col Ensalada De Cítricos WW Bread or Roll Postre	25
28	29 Hamburguesa De Strog- anoff Verduras trio Ensalada de espinaca Duraznos Pan francés Postre	30 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas Ensalada de verduras Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	31 Fajitas de pollo Jo Jo Guisantes y zanahorias Ensalada César Rodajas de manzana Pan de WW Postre	

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

**VOLUNTEERS
NEEDED!**





Comidas Mayores de Chelan

Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday-Manson
Es muy costoso para el programa de comidas para personas mayores cuando no cancela sus reservas. Si sabe que no puede hacerlo, ¡llame y cancele! Chelan 888-4440 Manson 687-3377	1 	2 Papas Gratinadas Y Cazuela De Jamón Verduras mixtas Ensalada de espinaca Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	3 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre	4 Pollo frito al horno Jojo's Maíz con mantequilla Ensalada picante Cuartos de naranja Rollo de WW Postre
Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre 	8 Filete Frito Del País Papas y salsa Maíz con mantequilla Ensalada De Lechuga Y Tomate Albaricoques Galleta Postre	9 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	10 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Judías verdes Ensalada verde Peras refrigeradas pan de maíz Postre	11 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Duraznos Postre
14 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll Postre	15 Guiso de parche de col Galletas de grano entero Ensalada Mediterránea Ensalada Waldorf Rollo de WW Postre	16 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de espinaca Peras Pan francés Postre 	17 Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	18 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan de ajo Berry Cobbler
21 	22 Filete Salisbury Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada de espinaca Rodar Manzana crujiente	23 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada verde Manzanas en rodajas WW Bread or Roll Postre	24 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Jardín Sla Mandarinas naranjas Pudín de pan	25 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre
28 Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Palitos De Pan Postre	29 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas asadas Ensalada de verduras Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	30 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	31 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada verde Duraznos Pan de ajo Postre	Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Please call 509-888-4440 for more information about the Home Delivered Meal program.

24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL



Davenport

Comidas mayores

Enero 2019

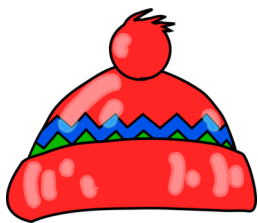


Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 CLOSED 	2	3 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Ensalada de verduras Mandarinas naranjas Pudín de pan	4 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Duraznos Postre
7	8 Sopa de carne vegetal Queso cottage Ensalada de espinaca Naranjas Rollo de WW Postre	9 	10 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan de ajo Berry Cobbler	11 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre
14	15 Galletas y salsa de salchicha Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Blueberry Muffin	16	17 Jamon y papa gratinada Cazuela Verduras mixtas Ensalada de espinaca Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	18 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada César Duraznos Pan de ajo Postre
21 CLOSED 	22 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	23	24 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	25 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre
28	29 Sopa de almejas 1/2 huevo o ensalada de atún Sandwich Kale Slaw Fruta tropical Postre	30	31 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de verduras Duraznos Pan francés Postre	

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

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



Entiat

Comidas mayores

Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 	2	3 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre	4
7 Dip francés Las remolachas en es- cabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	8 	9	10 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Judías verdes Ensalada verde Peras refrigeradas pan de maíz Postre	11
14 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mante- quilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll	15 	16	17 Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	18
21 	22	23	24 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Jardín Sla Mandarinas naranjas Pudín de pan	25
28 Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Palitos De Pan Postre	29 	30	31 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada verde Duraznos Pan de ajo Postre	

24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

Seniors Age 60 & over—suggested donation
\$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

Please call 509-888-4440 for more information about the
Home Delivered Meal program.

Es muy costoso para el programa de comidas para
personas mayores cuando no cancela sus reservas.
Si sabe que no puede hacerlo, ¡llame y cancele!
Para Chelan 888-4440 entre las 8 am y las 2 pm
Para Entiat 509-421-1593



Harrington Comidas Mayores Enero 2019



Monday

Tuesday

Wednes-

Thursday

Friday

	1 CLOSED 	2	3 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Ensalada de verduras Mandarinas naranjas Pudín de pan	4 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Duraznos Postre
7	8 Sopa de carne vegetal Queso cottage Ensalada de espinaca Naranjas Rollo de WW Postre	9 	10 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan de ajo Berry Cobbler	11 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre
14	15 Galletas y salsa de salchicha Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Muffin de arándanos	16	17 Jamon y papa gratinada Cazuela Verduras mixtas Ensalada de espinaca Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	18 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada César Duraznos Pan de ajo Postre
21 CLOSED 	22 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	23	24 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	25 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre
28	29 Sopa de almejas 1/2 huevo o ensalada de atún Sandwich Kale Slaw Fruta tropical Postre	30	31 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de verduras Duraznos Pan francés Postre	

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

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



Leavenworth Comidas Mayores

Enero 2019



24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 	2 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	3 Pimientos rellenos Patatas Rojas Asadas Zanahorias glaseadas Albaricoques Postre	4 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan de ajo Berry Cobbler
7 Fajitas de pollo Jojo's Guisantes y zanahorias Ensalada verde Cuartos de naranja Pan de WW Postre	8 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada De Verduras Manzanas en rodajas WW Bread or Roll Postre	9 Albóndigas italianas en Salsa marinara Pastas Verduras italianas Ensalada César Cóctel de frutas Pan de ajo Postre	10 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada de espinaca Duraznos Pan de WW Postre	11 Pollo frito al horno Papas empanizadas al horno Maíz con mantequilla Ensalada De Especies Piña Rollo de WW Postre
14 Pollo Agri dulce Arroz Saltear verduras fritas Sopa De Manzana De Col Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	15 Pescado al horno Arroz salvaje cazuela de judías verdes Ensalada de col Ensalada De Cítricos WW Bread or Roll Postre	16 Costillas BBQ Patatas dulces fritas Ensalada de pasta Ensalada De Zanahoria Y Pasas Tidbits De Piña pan de maíz	17 Guiso de parche de col Galletas de grano entero Ensalada Mediterránea Ensalada Waldorf Rollo de WW Postre	18 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de verduras Duraznos Pan francés Postre 
21 	22 Sándwich De Jamón Y Queso Sopa de tomate y albahaca Ensalada de col Ensalada Waldorf Postre	23 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll Postre	24 Sándwich De Chuck Wagon Steak Ensalada De Guisantes Cuartos de naranja Helado	25 Espaguetis con Salsa de carne Ensalada César Cóctel de frutas Pan de ajo Postre 
28 Sopa de almejas 1/2 Sandwich De Atun Kale Slaw Fruta tropical Postre	29 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre 	30 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Ensalada de verduras Mandarinas naranjas Pudín de pan	31 Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Pan de ajo Postre	Es muy costoso para el programa de comidas para personas mayores cuando no cancela sus reservas. Si sabes que no puedes hacerlo 509-548-6666

Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

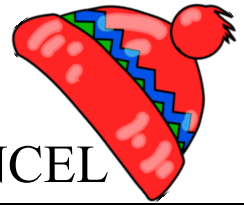
Llame al 509-548-6666 para obtener más información sobre el programa de comidas a domicilio



Manson Senior Meals

January 2019

24 HOURS IN ADVANCE TO RESERVE OR CANCEL



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday-MANSON
	1 	2 Papas Gratinadas Y Cazuela De Jamón Verduras mixtas Ensalada de espinaca Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	3 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre	4 Pollo frito al horno Jojo's Maíz con mantequilla Ensalada picante Cuartos de naranja Rollo de WW Postre
7 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	8 Filete Frito Del País Papas y salsa Maíz con mantequilla Ensalada De Lechuga Y Tomate Albaricoques Galleta Postre	9 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manza- na Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	10 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Judías verdes Ensalada verde Peras refrigeradas pan de maíz Postre	11 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Duraznos Postre
14 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con man- tequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll	15 Guiso de parche de col Galletas de grano entero Ensalada Mediterránea Ensalada Waldorf Rollo de WW Postre	16 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de espinaca Peras Pan francés Postre	17 Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	18 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan de ajo Berry Cobbler
21 	22 Filete Salisbury Papas y salsa Guisantes con mante- quilla Ensalada de espinaca Rodar Manzana crujiente	23 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada verde Manzanas en rodajas WW Bread or Roll Postre	24 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Jardín Sla Mandarinas naranjas Pudín de pan	25 Dip francés Las remolachas en es- cabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre
28 Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Palitos De Pan Postre	29 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas asadas Ensalada de verduras Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	30 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	31 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada verde Duraznos Pan de ajo Postre	

Es muy costoso para el programa de comidas para personas mayores cuando no cancela sus reservas. Si sabe que no puede hacerlo, ¡llame y cancele!
Para Chelan 888-4440 entre las 8 am y las 2 pm Para Manson 687-3377

Seniors Age 60 & over—suggested donation

\$4.00

Under age 60—\$8.50 FEE

Llame al 509-888-4440 para obtener más información
sobre el programa de comidas a domicilio.



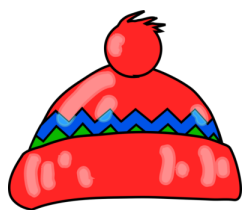
Odessa

Comidas Mayores

Enero 2019



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	2 pastel de carne Puré De Patatas Y Salsa Guisantes con mantequilla Sala Verde Duraznos WW Bread or Roll Postre	3 Pescado al horno Arroz salvaje cazuela de judías verdes Ensalada de col Ensalada De Cítricos WW Bread or Roll Postre	4
7 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	8	9 Sopa de carne vegetal Queso cottage Ensalada de espinaca Naranjas WW Bread or Roll Postre	10 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	11
14 Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Pan de ajo Postre	15	16 Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	17 Fettuccine De Pollo Monedas de zanahoria Ensalada De Guisantes Crujientes Pan francés Berry Cobbler	18
21	22	23 Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	24 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre	25
28 Sándwich De Jamón Y Queso Sopa de tomate y albahaca Ensalada de col Ensalada Waldorf Postre	29	30 Fajitas de pollo JoJo's Guisantes y zanahorias Ensalada verde Rodajas de manzana Pan de WW Postre	31 Rostizado Papas rostizadas Judías verdes Ensalada de espinaca Mandarinas naranjas WW Bread or Roll Postre	



Omak-Okanogan Comidas Mayores Enero 2019



Okanogan	Omak	Okanogan	Omak
Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday
	1 CLOSED 	2 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	3
7 Galletas y salsa de salchicha Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Muffin de arándanos	8 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de verduras Albaricoques Pan francés Postre	9 Sopa minestrone Queso cottage Ensalada César Duraznos Rollo de WW Postre	10 
14 Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	15 tacos de carne Arroz español Maíz mexicano Puré De Manzana Con Canela Tapioca	16 Lasaña Chícharos Ensalada César Peras Pan de ajo Postre	17
21 CLOSED 	22 Sopa de carne vegetal Queso cottage Ensalada de espinaca Fresas y plátanos WW Bread or Roll Postre	23 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Tres Frijoles Duraznos Postre	24 
28 Fajitas de pollo JoJo's Verduras trio Ensalada verde Piña y cerezas Pan de WW Postre	29 Filete Salisbury Puré Guisantes con mantequilla Ensalada de espinaca Rodar Manzana crujiente 	30 Guiso de parche de col Ensalada Mediterránea Ensalada Waldorf Galletas de grano entero Rollo de WW Postre	31 Seniors Age 60 & over suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Para comidas entregadas a domicilio por favor llame 509-826-7979



Oroville

Comidas Mayores

Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 CLOSED 	2	3 Salchicha polaca Chucrut Ensalada De Guisantes Crujientes Duraznos Postre	4 Sopa de almejas 1/2 Sandwich De Atun Ensalada de col Fruta tropical Postre
7	8 Hamburguesa De Stroganoff Verduras trio Ensalada de verduras Duraznos Pan francés Postre	9	10 Chili De Pollo De Frijol Blanco Galletas de trigo integral Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	11 Pescado al horno Arroz salvaje Judías verdes Ensalada de col Ensalada De Cítricos WW Bread or Roll Postre
14	15 Costillas BBQ Tater Tots Judías verdes Ensalada De Zanahoria Y Pasas Tidbits De Piña pan de maíz Postre	16 	17 Quiche De Jamón Y Queso Brócoli cocido al vapor Ensalada de verduras Fruta fresca Postre	18 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre
21 CLOSED 	22 Salsa De Espaguetti Y Carne Ensalada César Albaricoques Pan de ajo Postre	23	24 Fajitas de pollo JoJo's Guisantes y zanahorias Ensalada verde Rodajas de manzana Pan de WW Postre	25 Chuletas De Cerdo Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre
28	29 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas asadas Ensalada de verduras Piña WW Bread or Roll Postre	30 	31 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	Seniors Age 60 & over—suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Llame al director del sitio para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio en 476-2412



Tonasket Comidas Mayores Enero 2019



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	2	3	4
		Sopa de almejas 1/2 ensalada de atún o huevo Sandwich Kale Slaw Fruta tropical Postre	Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	
7	8	9	10	11
pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll Postre		Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical Pan de WW Postre	Pollo Cordon Bleu Papas al perejil Zanahorias cocidas Ensalada de verduras Mandarinas naranjas Pudín de pan	
14	15	16	17	18
Lasaña Judías verdes Ensalada César Peras Pan de ajo Postre		Filete Salisbury Puré De Patatas Y Salsa Guisantes con mantequilla Ensalada de espinaca Rodar Manzana crujiente	Cerdo asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	
21	22	23	24	25
CLOSED 		Salsa De Espaguetti Y Carne Ensalada César Duraznos Pan de ajo Postre	Hamburguesa con queso Deluxe Ensalada de col Bandeja de frutas Postre	
28	29	30	31	
Pescado al horno Arroz salvaje cazuela de judías verdes Ensalada de col Ensalada De Cítricos Pan de WW Postre		Fajitas de pollo Jo Jo Guisantes y zanahorias Ensalada verde Rodajas de manzana Pan de WW Postre	Costillas BBQ Patatas dulces fritas Ensalada de pasta Ensalada De Zanahoria Y Pasas Tidbits De Piña pan de maíz Postre	



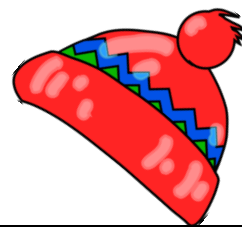
Twisp Comidas Mayores Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 CLOSED 	2	3 Sopa de almejas 1/2 Sandwich De Huevo O Ensalada De Atún Kale Slaw Fruta tropical Postre	4 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll Postre
7 Pollo Agridulce Sobre arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	8	9	10 Pollo Cordon Bleu Arroz salvaje Zanahorias cocidas Ensalada de verduras Mandarinas naranjas Pudín de pan	11 Polish Sausage on Bun Sauerkraut Pea Salad Peaches Dessert
14 Lasaña Judías verdes Ensalada verde Peras Pan de ajo Postre	15	16 	17 Chuletas De Cerdo O Asado Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	18 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada César Duraznos Palitos De Pan Postre
21 CLOSED 	22	23	24 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Rollo de WW Postre	25 Filete Frito Del País Papas y salsa Maíz con mantequilla Ensalada De Lechuga Y Tomate Albaricoques Galleta
28 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	29	30	31 Salsa De Galletas Y Salchichas Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Muffin de arándanos	
Seniors Age 60 & over— suggested donation \$4.00 Under age 60—\$8.50 FEE Llame al director del sitio para obtener más información sobre el programa de comidas entregadas a domicilio al 997-7722 				



Wilbur Comidas Mayores Enero 2019



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
	1 	2 Sopa de almejas 1/2 Sandwich De Ensalada De Atún O Huevo Kale Slaw Fruta tropical Postre	3 pastel de carne Papas y salsa Guisantes con mantequilla Ensalada verde Duraznos WW Bread or Roll Postre	4
7	8 Chili Con Queso 1/2 papa al horno Maíz con mantequilla Ensalada verde Ensalada De Apio De Manzana pan de maíz Postre	9 Pollo Agridulce Arroz Saltear Verduras Col y Slaw De Manzana Fruta tropical WW Bread or Roll Postre	10 Chuletas De Cerdo Relleno y salsa Brócoli Ensalada de verduras Tidbits De Piña WW Bread or Roll Postre	11 
14 	15 Salchicha polaca en un bollo Chucrut Ensalada De Guisantes Mandarinas naranjas Postre	16 Salsa De Espagueti Y Carne Ensalada César Duraznos Pan de ajo Postre	17 jamón Papas empanizadas al horno Coles de Bruselas asadas Ensalada de verduras Cerezas & Piña WW Bread or Roll Postre	18
21 	22 Cazuela de atún Guisantes y zanahorias Ensalada mixta Duraznos Pan de ajo Postre	23 Dip francés Las remolachas en escabeche Ensalada De Guisantes Ensalada Waldorf Postre	24 Pollo frito al horno Jojo's Maíz con mantequilla Ensalada picante Cuartos de naranja Rollo de WW Postre	25
28	29 Galletas y salsa Tomates cocidos Jugo Fruta fresca Muffin de arándanos	30 tacos de carne Arroz español Maíz mexicano Puré De Manzana Con Canela Postre	31 Costillas BBQ Patatas dulces fritas Ensalada de pasta Ensalada De Zanahoria Y Pasas Tidbits De Piña Postre	

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

Under age 60—\$8.50 FEE

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