



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1 Omelet Crema de Espinaca Pan Multigrano Melocotones Trozados Leche
3 Huevos Duros Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin Integral de Guineo Naranja Fresca Leche	4 Omelet Espinaca al Ajillo Muffin Ingles Integral Peras en Cubitos Leche	5 Salchichas de Pavo Papas al Horno en Cubitos Mini Waffles Integrales Piña en Trozos Leche	6 Burrito Integral de Desayuno Batatas Estilo "Wedge" Puré de Manzana Leche	7 Frijoles Negros Hamburguesa de Huevo Fajita de Vegetales Mixtos Tortilla Integral Melocotones Trozados Leche	8 Jamón de Pavo Queso Suizo en Rodajas Batatas Rostizadas Pan "Biscuit" Integral Frutas Tropicales Leche
10 Hamburguesas de Huevo Fajita de Vegetales Mixtos Mini Waffles Integrales Pasas Leche	11 Chile Relleno Cazuela de Desayuno Habichuelas Pintas Floretes de Brócoli Muffin Integral de Maíz Naranjas Mandarinas Leche	12 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Muffin Ingles Integral Peras en Cubitos Leche	13 Revoltito de Huevo con Espinacas y Setas Papas O'Brien Pan Integral Frutas Tropicales Leche	14 Huevos Duros Cocidos Muffin Integral de Arándanos Azules Pasas Jugo de Tomate Leche	15 Salchichas de Pavo Papas al Horno en Cubitos Panqueques Integrales Piña en Trozos Leche
17 Huevos Revueltos Mexicanos Frijoles Negros Muffin Ingles Integral Naranja Fresca Leche	18 Hamburguesa de Salchicha de Pavo Batatas Rostizadas Panqueques Integrales Puré de Manzana Leche	19 Huevos Duros Cocidos Muffin Ingles Integral Pasas Jugo de Tomate Leche	20 Huevos Revueltos Crema de Espinaca Muffin Integral de Arándanos Azules Frutas Mixtas Leche	21 Burrito Integral de Desayuno Papas O'Brien Pasas Leche Salsa de Taco	22 Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Ingles Integral Peras en Cubitos Leche Mantequilla de Maní
24 Hamburguesa de Huevo Hamburguesa de Salchicha de Pavo Papas al Horno en Cubitos Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales	25 Huevos Duros Cocidos Ensalada de Frijoles Negros Muffin Integral de Arándanos Azules Naranja Fresca Leche	26 "Gravy" Campestre de Salchicha Pan "Biscuit" Integral  Batatas Estilo "Wedge" Piña en Trozos Leche	27 Revoltito de Huevo con Espinacas y Setas Papas Estilo "Wedge" Pan Multigrano Peras en Cubitos Leche Mostaza y Ketchup	28 Huevos Revueltos Vegetales Mixtos Fiesta Muffin Integral de Guineo Puré de Manzana y Fresas Leche	29 Salchichas de Pavo Hamburguesa de Huevo Fajita de Vegetales Mixtos Muffin Ingles Integral Frutas Tropicales Leche
31 Huevos Revueltos Mexicanos Papas al Horno en Cubitos Pan Integral Avena Melocotones Trozados Leche					

NOTAS DEL MENÚ

Todas las comidas incluyen 8oz de leche

 Denota Sodio ≥1000mg

Las comidas podrían contener estos alérgenos: maní, sésamo, frutos secos, mariscos, crustáceos, soja, huevos, trigo.

Menú Sujeto a Cambios

Este proyecto cuenta con el apoyo de fondos de la Ley de Estadounidenses de Edad Avanzada de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego, Servicios para el Envejecimiento y la Independencia.
La contribución sugerida es de \$2.50 por comida.