


YWCA San Gabriel Valley - Senior Café Menu

IMPORTANT: "YOUR CHOICE" MEALS WILL BE ORDERED BASED ON THE SELECTIONS MADE; OTHERWISE, FIRST COME, FIRST SERVED. YOU SHOULD KNOW THAT WE MAY NOT BE ABLE TO HONOR YOUR FIRST CHOICE.

| MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY |
|---|--|---|--|--|
| <p>Administered by <u>YWCA San Gabriel Valley & the Inland Communities</u> And funded in part by the Los Angeles County Area Agency on Aging through the Older Americans Act of 1965 as amended.</p> <p>YWCA San Gabriel Valley & the Inland Communities 943 North Grand Avenue, Covina, CA 91724 Phone - Main: 626-214-9456 Fax: 626-814-0447</p> <p>email: intervale@ywcasgv.org facebook.com/ywcasgv</p> | |  | <p>1 ALBONDIGAS ITALIANAS EN SALSA DE TOMATE (BAJA EN SODIO) SPAGHETTI C/ SALSA DE TOMATE EJOTES VERDES ENSALADA CAESAR CON CROUTONES Y ADEREZO PAN INTEGRAL C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p> | <p>2 SOUP & SUB SOPA DE VEGETALES Y GALLETAS SANDWICH SUBMARINO C/ REBANADAS DE CARNE DE RES Y PAVO 5 OZ DE QUESO PAQUETE DE MAYONESA Y MOSTAZA LECHUGA Y REBANADAS DE TOMATE ENSALADA DE PAPA ENSALADA DE ZANAHORIA C/PASAS BOLILLO INTEGRAL RAJA DE MELON</p> |
| <p>5 JUGO DE NARANJA CARNE DE PUERCO EN SU JUGO DULCE Y AGRIO (BAJA EN SODIO) CALABAZA AL HORNO EJOTES VERDES C/ PIMIENTOS ROJOS ENSALADA MIXTA C/ HONGOS ADEREZO FRANCES PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PUDIN DE MANZANA C/ CANELA</p> | <p>6 SOPA DE LENTEJA Y GALLETAS HAMBURGUESA Y LECHUGA, REBANADAS DE TOMATE Y CEBOLLA C/ PAQUETES DE MOSTAZA, MAYONESA, SALSE DE TOMATE PAPAS C/ PEREJIL MONEDAS DE ZANAHORIA ENSALADA DE MACARONI PAN INTEGRAL PARA HAMBURGUESA CANTALUPO</p> | <p>7 SOPA DE VEGETALES Y GALLETEAS PAVO TOSTADO C/SALSA Y SALSA DE ARANDANOS RELLENO DE MAIZ CHICHARROS ENSALADA MARINADA DE TOMATE, CEBOLLA Y PIMIENTOS VERDES PAN INTEGRAL C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p> | <p>8 PIERNA DE POLLO Y MUSLO EN SALSA DE ROMERO (BAJA EN SODIO) VETABEL HARVARD CALABAZA AL HORNO BROCOLI SLAW PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PERAS C/ JENGIBRE</p> | <p>9 SOPA DE CALABAZA CREMOSA Y GALLETAS PASTEL DE CARNE EN SALSA MARRON (BAJA EN SODIO) PUDIN DE PAPA (VIT. C) GRANOS DE MAIZ Y FRIJOL LIMA ENSALADA DE ESPINACAS C/ HONGOS ADEREZO ITALIANO CREMOSO PAN DE MASA FERMENTADA C/ MARGARINA MANZANA ENTERA</p> |
| <p>12 POLLO EN LIMON HIERBA (SALS BAJA EN SODIO) PAPAS ENPANIZADAS AL HORNO CHICHARROS ENSALADA DE ZANAHORIA Y BROCOLI PAN DE MAIZ C/ MARGARINA TAZA DE FRUTA CITRICA</p> | <p>13 PURECO ROSTISADO EN SU JUGO (BAJA EN SODIO) CAMOTE FRESCO EJOTES VERDES CON GRANOS DE ELOTE ENSALADA DE MANZANA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PUDIN DE LIMON</p> | <p>14 POLLO CACCIATORE EN SALSA DE TOMATE (BAJA EN SODIO) FIDEOS CON HUEVO CON MANTEQUILLA ZANAHORIA FRIJOL LIMA ENSALADA DE LECHUGA C/ RABANOS Y PEPINO ADEREZO RANCH MELON VERDE</p> | <p>15 SOPA MINISTRONE Y GALLETAS PIMIENTO RELLENO C/ CARNE MOLIDA C/ SALSA (BAJA EN SODIO) PILAF DE ARROZ (MARRON Y BLANCO) ESPINACAS C/ CREMA GELATINA CON FRESA Y PINA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p> | <p>16 FATHER'S DAY MENU SOPA CEBADA DE TERNERA Y GALLETAS ENSALADA DE ATUN ENSALADA MACARRON TOMATE, CEBOLLA, TROSOS DE PIMIENTO VERDE LECHUGA, REPOLLO ROJO RABANOS Y HONGOS ADEREZO DE VINAGRE Y ACEITE BOLILLO INTEGRAL C/ MARGARINA TROZOS DE PINA</p> |
| <p>19 SOPA DE CALABAZA CREMOSA Y GALLETAS ALBONDIGAS SUECAS C/ CREAMA AGRIA PASTA ESPIRAL VERDURAS NORMANDY ENSALADA MIXTA C/ REBANADAS DE RABANOS Y PEPINO ADEREZO ITALIANO PERAS C/ JENGIBRE</p> | <p>20 JUGO DE NARANJA POLLO HAWAIANO PIERNA Y MUSLO C/SALSA (BAJA EN SODIO) PILAF DE ARROZ (MARRON Y BLANCO) VETABEL C/ PINA ENSALADA DE REPOLLO C/ CREMA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA POSTRE DE DURAZNO C/ COBERTURA DE AVENA (1/2 TAZA DE FRUTA CITRICA)</p> | <p>21 YOUR CHOICE CHIPOTLE ASADO DE PUERCO C/ SALSA (BAJA EN SODIO) O PESCADO ESTILO VERA CRUZ C/ SALSA (BAJA EN SODIO) C/ SALSA TARTARA Y RAJA DE LIMON</p> <hr/> <p>CHICHAROS VERDES CAMOTE FRESCO ENSALADA DE MANZANA TORTILLA DE HARINA C/ MARGARINA PLATANO</p> | <p>22 REBANADAS DE PAVO (BAJA EN SODIO) C/ SALSA ESPESA (BAJA EN SODIO) PAPAS C/ PEREJIL NIBBLETES DE MAIZ ZANAHORIA, BROCOLI CON CREMA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA TAZA DE FRUTA CITRICA</p> | <p>23 SOPA DE ALUBIA Y GALLETAS BARBACOA DE PUERCO RIBLET SANDWICH EN SALSA (BAJA EN SODIO) CALABAZA DE INVIERNO EJOTES C/ PIMIENTOS ROJOS ENSALADA DE LECHUGA C/ TOMATE ADEREZO RANCH BOLILLO INTEGRAL MELON</p> |
| <p>26 JUGO DE NARANJA POLLO C/ ROMERO EN SALSA (BAJA EN SODIO) PAPAS C/ PEREJIL VEGETALES MIXTOS ENSALADA DE REPOLLO PAN INTEGRAL C/ MARGARINA POSTRE DE MANZANA C/ COBERTURA DE AVENA (1/2 TAZA DE FRUTA)</p> | <p>27 FAJITAS DE RES ES SU JUGO (BAJA EN SODIO) C/ PICO DE GALLO CALABAZA DE INVIERNO EJOTES VERDES ENSALADA DE TOMATE MARINADO, CEBOLLA, Y PIMIENTO VERDE TORTILLA DE HARINA C/ MARGARINA PLATANO</p> | <p>28 SOPA DE VEGETALES Y GALLETAS POLLO CHOW MEIN EN SU JUGO (BAJA EN SODIO) FIDEOS CHINO (ENTRANTE) AJO BEBE BOK CHOY ENSALADA AL ATARDECER MELON VERDE</p> | <p>29 SOPA DE LENTEJA Y GALLETAS ALBONDIGA ITALIANA EN SALSA (BAJA EN SODIO) PUDIN DE PAPA (VIT C) CHICHARROS ENSALADA MIXTA C/ RABANO Y REBOLLO ROJO ADEREZO RANCH PAN INTEGRAL C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p> | <p>30 YOUR CHOICE REBANADAS DE PAVO EN SU JUGO (BAJA EN SODIO) O SALMON IN SALSA DE ENELDO C/ MOSTAZA, SALSA TARTARA Y RAJAS DE LIMON</p> <hr/> <p>CAMOTE AL HORNO, BOCOLI ENSALADA MARINADA VETABEL, CEBOLLA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA REBANADAS DE PERA</p> |