

YWCA San Gabriel Valley - Senior Café Menu

IMPORTANTE: LAS COMIDAS "SU PREFERENCIA" SERAN ORDENADAS BASADAS EN SU SELECCION; DE OTRA MANERA, EL QUE LLEGUE PRIMERO, SERA SERVIDO PRIMERO. DEBEN SABER QUE NO SIEMPRE PODREMOS HONORAR SU PRIMERA SELECCION.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
<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/ywcasg</p>		<p>1 SOPA DE POLLO C/ FIDEO Y GALLETAS SÁNDWICH DE ATUN C/ LECHUGA, REBANADAS DE TOMATE Y CEBOLLA ENSALADA DE PAPA ENSALADA DE REPOLLO CREMOSA ENSALADA DE FRUTA CITRICA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA (2 REBANADAS) FLAN (NATILLA)</p>	<p>2 SOPA DE VEGETALES Y GALLETAS POLLO AL ESTILO HAWAIIANO (PIERNA Y MUSLO) EN SALSA BAJA EN SODIO CAMOTE FRESCO FRIJOL PERUANOS ENSALADA DE REPOLLO C/ BROCOLI Y ZANAHORIA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PLATANO FRESCO</p>	<p>3 SU PREFERENCIA CARNITAS DE PUERCO C/ SALSA (BAJA EN SODIO) PESCADO ESTILO VERA CRUZ C/ SALSA (BAJA EN SODIO), RAJA DE LIMON Y SALSA DE TARTAR CALABAZA AL HORNO FRIJOL FRITOS (BAJO EN SODIO) ENSALADA DE ESPINACAS C/HONGOS ADEREZO ESTILO ITALIANO TORTILLA DE HARINA C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p>
<p>6 REBANADA DE CARNE DE RES AL HORNO C/ JUGO DE CARNE (BAJO EN SODIO) PAPAS C/ PEREJIL VEGETALES MIXTOS ENSALADA DE REPOLLO CREMOSA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PERAS C/ JENGIBRE</p>	<p>7 SOPA DE ALBONDIGAS Y GALLETAS FAJITAS DE POLLO EN SALSA (BAJA EN SODIO) ARROZ TEX-MEX (INTEGRAL Y BLANCO) FRIJOL NEGROS (BAJO EN SODIO) ENSALADA DE BETABEL Y CEBOLLA MARINADA TORTILLA DE HARINA C/ MARGARINA TAZA DE FRUTA CITRICA</p>	<p>8 SOPA CREMOSA DE CALABAZA Y GALLETAS PUERCO AL HORNO C/ JUGO DE CARNE (BAJO EN SODIO) CAMOTE FRESCO BROCOLI LECHUGA C/ RABANOS Y HONGOS ADEREZO ESTILO RANCH PAN INTEGRAL C/ MARGARINA MANZANA</p>	<p>9 ALBONDIGAS ITALIANAS C/ SALSA DE TOMATE (BAJA EN SODIO) SPAGUETTI EN SALSA DE TOMATE (BAJA EN SODIO) EJOTES ENSALADA C/ CRUTONES Y ADEREZO ESTILO CAESAR PAN INTEGRAL C/MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p>	<p>10 SU PREFERENCIA CHOP SUEY DE POLLO C/ SALSA (BAJA EN SODIO) TILAPIA C/HIERBAS EN SALSA DE MOSTAZA Y ENELDO C/ RAJA DE LIMON Y SALSA DE TARTAR ARROZ INTEGRAL Y BLANCO REPOLLO CHINO C/ AJO GELATINA DE LIMON C/ PINA REBANADAS DE DURAZNO</p>
<p>13 JUGO DE NARANJA CARNE DE PUERCO C/SALSA AGRIDULCE (BAJA EN SODIO) CALABAZA AL HORNO EJOTES C/ PIMIENTO ROJO ENSALADA C/ HONGOS ADEREZO ESTILO FRANCES PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PURE DE MANZANA C/ CANELA</p>	<p>14 SOPA DE LENTEJAS Y GALLETAS HAMBURGUESA Y LECHUGA, REBANADAS DE TOMATE Y CEBOLLA C/ PAQUETES DE MOSTAZA, KETCHUP Y CONDIMENTO DE PEPINO PAPAS C/ PEREJIL ZANAHORIA ENSALADA DE REPOLLO CREMOSA PAN DE HAMBURGUESA INTEGRAL RAJA DE MELON VERDE</p>	<p>15 SOPA DE VEGETALES C/CEBADA Y GALLETAS PAVO AL HORNO C/JUGO DE CARNE SALSA DE ARANDANO RELLENO DE PAN DE ELOTE CHICHARROS ENSALADA DE TOMATE, PIMIENTO VERDE Y CEBOLLA MARINADA SECCIONES DE NARANJA</p>	<p>16 MENU DEL DIA DE SAN PATRICIO JUGO DE NARANJA CARNE DE RES CURADA PAPAS HERVIDAS REPOLLO COCIDO ENSALADA VERDE ADEREZO 1000 ISLAS PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PLATANO</p>	<p>17 SU PREFERENCIA SOPA CREMOSA DE CALABAZA Y GALLETAS ESTOFADO DE RES ITALIANO C/JUGO DE CARNE(BAJA EN SODIO) PESCADO FILETE DE EMPANIZADO C/ RAJA DE LIMON Y SALSA DE TARTAR FIDEO C/PEREJIL BROCOLI C/ PIMIENTO ROJO ENSALADA DE ESPINACA C/HONGOS ADEREZO ESTILO ITALIANO MANZANA</p>
<p>20 POLLO AL HORNO C/ LIMON Y HIERBAS RELLENO DE PAN DE ELOTE CHICHARROS ENSALADA DE REPOLLO C/ ZANAHORIA Y BROCOLI PAN INTEGRAL C/ MARGARINA TAZA DE FRUTA CITRICA</p>	<p>21 REBANADA DE PUERCO AL HORNO C/ JUGO DE CARNE (BAJO EN SODIO) CAMOTE FRESCO EJOTES Y ELOTE ENSALADA DE MANZANA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA PUDIN DE LIMON</p>	<p>22 POLLO AL ESTILO CACCIATORE EN SALSA DE TOMATE (BAJO EN SODIO) FIDEO DE HUEVO ZANAHORIA ENSALADA DE LECHUGA C/ RABANOS Y PEPINOS ADEREZO ESTILO RANCH RAJA DE MELON</p>	<p>23 SOPA DE MINISTRONE Y GALLETAS PIMIENTO RELLENO DE CARNE MOLIDA C/ SALSA (BAJA EN SODIO) BROCOLI ESPINACAS C/ CREMA GELATINA DE FRESA C/ PINA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA SECCIONES DE NARANJA</p>	<p>24 SOPA DE VEGETALES C/ CEBADA Y GALLETAS SÁNDWICH DE ATUN C/ LECHUGA, REBANADAS DE TOMATE Y CEBOLLA ENSALADA DE 3 FRIJOL (BAJO EN SODIO) ENSALADA DE BETABEL Y CEBOLLA MARINADA ENSALADA DE REPOLLO CREMOSA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA (2 REBANADAS) TROZOS DE PINA</p>
<p>27 SOPA CREMOSA DE CALABAZA Y GALLETAS ALBONDIGAS SUECAS C/ CREMA AGRIA (BAJA EN SODIO) PASTA ESPIRAL VEGETALES ESTILO NORMANDIA ENSALADA C/ REBANADAS DE RABANOS Y PEPINO ADEREZO ESTILO ITALIANO PLATANO</p>	<p>28 JUGO DE NARANJA POLLO AL ESTILO HAWAIIANO (PIERNA Y MUSLO) EN SALSA BAJA EN SODIO ARROZ PILAF (INTEGRAL Y BLANCO) BETABEL COCIDO C/PINA ENSALADA DE REPOLLO CREMOSA PAN INTEGRAL C/ MARGARINA POSTRE DE DURAZNO C/ 1/2 TAZA DE FRUTA Y AVENA ENCIMA</p>	<p>29 CARNE DE PUERCO C/ SALSA DE CHIPOTLE (BAJA EN SODIO) CHICHARROS CAMOTE FRESCO ENSALADA DE MANZANA TORTILLA DE HARINA C/ MARGARINA PERAS C/ JENGIBRE</p>	<p>30 REBANADA DE PAVO AL HORNO C/JUGO DE CARNE (BAJO EN SODIO) PAPAS C/PEREJIL ELOTE ENSALADA DE REPOLLO C/ ZANAHORIA Y BROCOLI PAN INTEGRAL C/MARGARINA TAZA DE FRUTA CITRICA</p>	<p>31 SU PREFERENCIA SOPA DE FRIJOL BLANCO Y GALLETAS CARNE DE PUERCO EN FORMA DE COSTILLA C/ SALSA DE BBQ (BAJA EN SODIA) PESCADO EN SALSA DE MOSTAZA Y ENELDO (BAJO EN SODIO) C/RAJA DE LIMON Y SALSA DE TARTAR CALABAZA AL HORNO EJOTES C/PIMIENTO ROJO ENSALADA DE LECHUGA C/TOMATE ADEREZO ESTILO RANCH PAN INTEGRAL C/ MARGARINA RAJA DE MELON</p>

SUJETO A CAMBIAR SIN NOTIFICACION * DONACION SUGERIDA \$3.00 *** LECHE DE BAJA GRASA 1% INCLUIDA**