

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<b>3</b> <b>Pescado</b> 4oz Coctel de Frutas 4oz Tomates en Salsa WG Pan 3oz Pescado Salsa Tartara	<b>4</b> <b>Shepards Pie</b> 4oz Manzana en Trozos 4oz Zanahoria y Guisantes WG Panecillo 3oz Carne Molida 4oz Papas Majadas	<b>5</b> <b>Carne Guisada</b> 4oz Peras 4oz Vegetales Mixtos 4oz Arroz Con Habichuelas 3oz Carne Guisada* Papas y Apio*	<b>6</b> <b>Nuggets de Pollo</b> 4oz Mandarinas 4oz Coliflor 4oz Macarrones con Queso 3oz Nuggets de Pollo	<b>7</b> <b>Hoagie Italiano</b> 4oz Manzana Fresca 4 oz Remolacha WW Hoagie 1oz (cu) Jamón, Salami y Queso <i>*Lechuga y Tomate</i>
<b>10</b> <b>Filete Salisbury</b> 4oz Fruta Mixta 4oz Broccoli WG Roll 3oz Filete y Gravy 4oz Papas Majadas	<b>11</b> <b>Pollo al Curry</b> 4oz Piña 4oz Vegetales Salteados 4oz Arroz Marrón 3oz Pollo en Trozos Apio y Zanahoria	<b>12</b> <b>Emparedado Sloppy Joe</b> 4oz Fruta Fresca 4oz Ensalada de Papa WG Bun 3oz Molida de Pavo y Salsa	<b>13</b> <b>Carne en Salsa de Hongos</b> 4oz Peras 4oz Vegetales Mixtos 4oz WG Arroz 3oz Carne y Salsa* <i>Hongos*</i>	<b>14</b> <b>Pollo a la Parmesana</b> 4oz Naranja Fresca 4oz Zanahoria 4oz WG Pasta 3oz Pollo y Queso*
<b>17</b> <b>Arroz Con Pollo Montreal</b> 4oz Pera Fresca 4oz Guisantes y Zanahoria 4oz Arroz Pilaf 3oz Pollo	<b>18</b> <b>Hamburguesa de Pavo</b> 4oz Fruta Tropical 4oz Lechuga y Tomate WW Pan 3oz Hamburguesa de Pavo	<b>19</b> <b>Carne Texas BBQ</b> 4oz Peras 4oz Mezcla de Invierno WG Pan de Maiz 3oz Costilla a la BBQ 4oz Papas Majadas	<b>20</b> <b>Rollo de Lasaña con Carne</b> 4oz Naranja Fresca 4oz Broccoli al vapor Rollo de Lasaña con Queso 3oz Carne Molida en Salsa WG Panecillo	<b>21</b> <b>Chicken Fajita</b> 4oz Mixed Fruit 4oz Corn WG 6" Tortilla 3oz Fajita Chicken w/Cheese <i>Sauteed Peppers and Onions</i>
<b>24</b> <b>Meat Loaf</b> 4oz Mandarina 4oz Habichuelas Tiernas Panecillo c/ Margarina 3oz Meatloaf 4oz Papas Majadas	<b>25</b> <b>Pollo BBQ</b> 4oz Fruta Fresca 4oz Mezcla California 4oz Arroz Marron 3oz Pollo	<b>26</b> <b>Philly Cheesesteak</b> 4oz Pera 4oz Ensalada de Col Hoagie 3oz Filete de Carne y Queso* Cebolla, Pimiento y Hongos*	<b>27</b> <b>Espagueti con Salsa</b> 4oz Naranja Fresca 4oz Broccoli al Vapor 4oz WG Espagueti 3oz Carne Molida y Salsa Pan Con Ajo	<b>28</b> <b>Hamburguesa con Queso</b> 4oz Trozos de Manzana 4oz Lechuga y Tomate WW Pan de Hamburguesa 3oz Carne y Queso 4oz Papas en Trozos Asadas
<b>31</b> <b>Tiras de Pollo</b> 4oz Fruta fresca de Temporada 4oz Habichuelas Tiernas 4oz WG Macarrones con queso 3oz Tiras de Pollo				<b>Para Cancelar o Omitir sus comidas favor comunicarse A la Oficina de Meals On Wheels (610) 374-3195 ext. 220</b>