

May 2025

Reservations must be made on site or by phone

To cancel, please call (925) 500-8241 before 1pm on the business day prior



2025年5月

必须现场或通过电话预订

如需取消, 请在前一个工作日下午1点之前致电 (925) 500-8241

Table with 5 columns and 6 rows of menu items. Each row contains a meal number, description in English and Chinese, and dietary notes. The table is organized into a grid with alternating meal numbers from 1 to 30.

Menu Key
* Vitamin A Source
+ Vitamin C Source
High Salt
@ Spicy
V No Meat, made with vegetable base
WW-Whole Wheat
<> High Sodium Day

The Open Heart Kitchen Senior Meal Program is partially funded by the Alameda County Area Agency on Aging and the Tri-Valley Cities
Suggested Donation: \$3 / Meal
Donate online: donate.openheartkitchen.org/seniormeal
Donate by check: Payable to "Open Heart Kitchen", 1141 Catalina Dr #137, Livermore, CA 94550 (Memo: "C-1 Meal")

All meals served with milk
Daily fruit subject to change based on availability
所有餐点均配有牛奶
每日水果可能会根据供应情况而变化

Open Heart Kitchen 長者膳食計劃部分是由阿拉米達縣地區老齡化機構及三谷城市資助
建議捐贈限額為: 3 美元/餐
網上捐贈: donate.openheartkitchen.org/seniormeal
如寄支票, 支票抬頭請寫: Open Heart Kitchen, 1141 Catalina Dr #137, Livermore, CA 94550 (Memo: "C-1 Meal")

菜單關鍵詞
* 維生素 A 來源
+ 維生素 C 來源
高鹽
@ 辛辣
V 素食, 以蔬菜為基礎
WW- 全麥
<> 高鈉日

Mayo de 2025



2025년 5월

Las reservas deben realizarse en el sitio o por teléfono.

Para cancelar, llame al (925) 500-8241 antes de la 1:00 p. m. del día hábil anterior.

예약은 현장 또는 전화로 하셔야 합니다.

취소를 원하실 경우 영업일 전 오후 1시 이전에 (925) 500-8241로 전화주시기 바랍니다.

<p>¿Está interesado en solicitar Calfresh? Llama al 925-237-9352</p>	<p>Calfresh 신청에 관심이 있으십니까? 925-237-9352로 전화하세요.</p>		<p>Sándwich de ensalada de pavo en pan integral, papas fritas texanas, sopa campesina de primavera, naranja+ 통밀빵에 터키 샐러드 샌드위치, 텍사스 감자튀김, 스프링 파머스 수프*, 오렌지+</p>	<p>Pollo frito al horno, puré de ñame*, sopa de tomate troceada+, panecillo grande, naranja+ 오븐 프라이드 치킨, 으깬 Yam*, 청키 토마토 수프+, WW 롤, 오렌지+</p>
<p>Cazuela de chile relleno*, maíz mexicano, sopa de lentejas con col rizada y papas*, panecillo WW, naranja+ 칠리 레예노스 캐서롤*, 멕시코 옥수수, 케일과 감자를 곁들인 야채 렌틸 수프*, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Lasaña picante, brócoli con ajo+, sopa cremosa de remolacha, naranja+ 매콤한 라자냐, 마늘 브로콜리+, 크림리한 비트 수프, 오렌지+</p>	<p>Carnitas de cerdo, arroz rojo, pimiento morrón y cebolla a la parrilla+, sopa de papa con ajo+, panecillo WW, naranja+ 돼지고기 카르니타스, 붉은 쌀, 구운 피망 & 양파+, 마늘 감자 수프+, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Pollo asado con mostaza y miel, zanahorias* y cebollas, sopa de primavera del chef*, panecillo WW, naranja+ 당근과 양파를 곁들인 허니 머스타드 로스트 치킨, 세프 스프링 파머스 수프, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Carne asada, papas rojas asadas, sopa de tomate con trozos+, panecillo WW, naranja+ 소고기 포트 로스트, 붉은 구운 감자, 청키 토마토 수프+, WW 롤, 오렌지+</p>
<p>Ensalada de tacos vegetariana*, sopa de lentejas con col rizada y patatas*, panecillo WW, naranja+ 채식 타코 샐러드*, 케일과 감자를 곁들인 야채 렌틸 수프*, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Pita de pavo y manzana WW*, ensalada de col, sopa cremosa de remolacha, naranja+ < > 터키 애플 WW 피타*, 콜슬로, 크리미 비트 수프, 오렌지+ < ></p>	<p>Wrap de pollo burro+*, ensalada de maíz a la parrilla+, sopa de papa con ajo+, naranja+ 치킨 버로 랩+, 구운 콘 샐러드+, 마늘 감자 수프+, 오렌지+</p>	<p>Rigatoni con salsa de carne (ternera), verduras frescas sazonadas+, sopa campesina de primavera*, naranja+ 고기 소스(소고기)를 곁들인 리가토니, 신선한 야채 양념+, 봄 농부 수프*, 오렌지+</p>	<p>Sándwich de ensalada de atún en pan integral, zanahorias asadas con eneldo*, sopa de tomate troceada+, naranja+ WW 빵에 참치 샐러드 샌드위치, 구운 딜 당근*, 청키 토마토 수프+, 오렌지+</p>
<p>Ramen vegetariano, verduras asadas con jengibre, Sopa de lentejas con col rizada y patatas*, panecillo WW, naranja+ 채식 라면, 생강구이 야채, 케일과 감자를 곁들인 야채 렌틸 수프*, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Pollo al curry rojo tailandés+, arroz integral, sopa cremosa de remolacha, naranja+ 태국식 레드 카레 치킨+, 현미, 크리미 비트 수프, 오렌지+</p>	<p>Tazón de pasta mexicana picante, calabacín a la parrilla, sopa de papa con ajo+, panecillo WW, naranja+ 매콤한 멕시코 파스타 볼, 구운 애호박, 마늘 감자 수프+, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Chuletas de cerdo, cazuela de patata y zanahoria+, sopa campesina de primavera*, panecillo WW, naranja+ 돼지갈비, 감자 당근 캐서롤+, 봄 농부 수프*, WW 롤, 오렌지+</p>	<p>Hamburguesa con queso para celebrar el Día de los Caídos en panecillo integral, ensalada de camote+, sopa de tomate con trozos+, naranja+, brownies de nueces y caramelo WW 빵에 담긴 추모의 날 기념 치즈버거, 고구마 샐러드+, 청키 토마토 수프+, 오렌지+, 버터스카치 월넛 브라우니</p>
<p>MEMORIAL DAY Oficinas y sitios para personas mayores cerrados 사무실 및 고위 사이트 폐쇄</p>	<p>Cerdo y fideos al horno con salsa, guisantes sazonados con cebolla, sopa cremosa de remolacha, panecillo tradicional, naranja+ < > 소스 돼지고기와 국수 구이, 양파를 곁들인 양념 완두콩, 크림리한 비트 수프, WW 롤, 오렌지+ < ></p>	<p>Carne de res a la barbacoa en panecillo WW, brócoli asado+, sopa de papa con ajo+, naranja+ WW번에 얹은 바비큐 소고기, 구운 브로콜리+, 마늘 감자 수프+, 오렌지+</p>	<p>Pollo a la King+* sobre arroz integral, sopa campesina de primavera*, naranja+ 브라운 라이스 위에 치킨 알라 킹+, 스프링 파머스 수프*, 오렌지+</p>	<p>Pan de pavo con salsa de champiñones, puré de patatas con hierbas+, sopa de tomate con trozos+, panecillo grande, naranja+ 터키 로프 & 버섯 소스, 허브 매서드 포테이토+, 청키 토마토 수프+, WW 롤, 오렌지+</p>

Tecla de Menú
* Fuente de Vitamina A
+ Fuente de Vitamina C
Mucha Sal
@ Picoso
V Vegetariana, con una base de vegetal.
WW- Integral
<> Día alto en sodio

El Programa de comidas para personas mayores de Open Heart Kitchen es parcialmente financiado por la Agencia de la Area de Alameda County y las ciudades en el Tri-Valley.
Donación Sugerida: \$3 / comida
Donar en línea: donate.openheartkitchen.org/seniormeal
Donar por cheque enviado por correo: Pagadero a Open Heart Kitchen, 1141 Catalina Dr #137, Livermore, CA 94550 (En el memo: "C-1 Meal")

Todas las comidas se sirven con leche.
Fruta diaria sujeta a cambios según disponibilidad.
모든 식사에 우유가 제공됩니다
일일 과일은 이용 가능 여부에 따라 변경될 수 있습니다.

Open Heart Kitchen 시니어 급식프로그램은 Alameda County Area Agency on Aging and the Tri-Valley Cities에서 부분적으로 자금을 지원합니다.
권장 기부금: \$3/식사
온라인 기부: donate.openheartkitchen.org/seniormeal
수표 기부: 수취인: "Open Heart Kitchen", 1141 Catalina Dr #137, Livermore, CA 94550 (메모: "C-1 Meal")

메뉴 키
* 비타민 A 공급원(≥ 840mg)
+ 비타민 C 공급원(≥ 90mg)
고염분(≥ 1,000mg)
@ 매운
V No Meat, 야채 베이스로 만든 WW-통 밀
<> 고나트륨의 날