



# Menú **NOVIEMBRE** 2021

Dublin, Livermore, y Pleasanton

Para reservar o cancelar, llame antes de la 1:00 p.m. del día anterior

**(925) 500-8241**

**Tecla de Menú**  
 \* Fuente de Vitamina A  
 + Fuente de Vitamina C  
 # Mucha Sal  
 @ Picoso  
 V Vegetariana, con una base de vegetal.  
 \*\* El Menú ha cambiado desde la primera impresión

Se sirven todas las comidas con Fruta de temporada (+) y Leche 2%

Noviembre 1	Noviembre 2	Noviembre 3	Noviembre 4	Noviembre 5
V - Caserola de Enchilada con Queso, Arroz, Frijoles Negros, Zanahorias y Cebollas Salteadas	Pollo Marsala, Papas Asadas, Brócoli	Pastel de Carne a la Antigua, Papas majadas, Guisantes Sazonado, Pan de Trigo	Cerdo Szechuan, Arroz Integral, Vegetales Mezclados	Alfredo de Pollo y Calabacín sobre Pasta, Brócoli y Coliflor
Noviembre 8	November 9	Noviembre 10	Noviembre 11	Noviembre 12
V - Guiso de Frijoles Toscanos con Tofu, Arroz Integral, Brócoli y Pimientos rojos, Pan de Trigo	Jamón Horneado con Salsa de Arándanos y Piña, Papas Sazonadas, Guisantes y Zanahorias, Pan de Trigo	Caserola de Pimiento Morrón (carne molida) con Arroz, Mezcla de Verduras de Normandía	<b>CERRADO</b>	Espaguetis con Salsa de Carne Picante (Pavo), Ejotes Italianas con Cebolla
Noviembre 15	Noviembre 16	Noviembre 17	Noviembre 18	Noviembre 19
V - Caserola de Chile Relleno, Frijoles Negros, Arroz Español, Verduras de Temporada	Res Guisado, Ejotes Sazonado, Pan de Trigo	Jambalaya de Pollo, Arroz clásico, Brócoli y Coliflor	Asado de Cerdo, Frijoles Rojos y Arroz, Zanahorias Sazonadas	Ziti al Horno de Pavo, Zanahorias Sazonadas y Brócoli
Noviembre 22	Noviembre 23	Noviembre 24	Noviembre 25	Noviembre 26
V - Chili de 3 frijoles, Pan de Maíz, Vegetales Mixtos	Pollo Teriyaki con Arroz, Vegetales Fritos	Pavo Asado con Salsa de Arándanos, Relleno a la Antigua, Caserola de Ejotes, Pan de trigo, Postre de Fiesta	<b>CERRADO</b>	<b>CERRADO</b>
Noviembre 29	Noviembre 30			
V - Macarrones con queso de Santa Fe de Gerardo, Brócoli Sazonado	Rosbif Estilo Italiano, Puré de Papas, Mezcla de Vegetales Capri. Pan de Trigo			

**DONACIÓN SUGERIDA: \$3 / comida**  
 Donar en línea:  
[donate.openheartkitchen.org/seniormeal](https://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

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.



# Menú DICIEMBRE 2021

Dublin, Livermore, y Pleasanton  
 Para reservar o cancelar, llame antes de la 1:00 p.m. del día anterior  
**(925) 500-8241**

Tecla de Menú  
 \* Fuente de Vitamina A  
 + Fuente de Vitamina C  
 # Mucha Sal  
 @ Picoso  
 V Vegetariana, con una base de vegetal.  
 \*\* El Menú ha cambiado desde la primera impresión

Se sirven todas las comidas con Fruta de temporada (+) y Leche 2%

Diciembre 1		Diciembre 2		Diciembre 3	
Pollo BBQ, Frijoles Horneados, Ejotes Sazonados, Pan de Trigo		Lasaña picante de Pavo, Ejotes al estilo Italiano, Pan de Trigo		Asado de cerdo con salsa de champiñones, arroz clásico, mezcla de vegetales Capri	
Diciembre 6		Diciembre 7		Diciembre 8	
V - Caserola de Enchilada con Queso, Arroz, Frijoles Negros, Zanahorias y Cebollas Salteadas		Pollo Guisado con papas, Vegetales de la temporada		Pastel de Carne a la Antigua, Papas majadas, Zanahorias y Coliflor	
Diciembre 9		Diciembre 10		Diciembre 13	
Horneado de Pasta con Tres Quesos y Jamón, Ejotes Sazonadas		Barbacoa de Puerco de Dave, Pan de Maíz, Ejotes con tosino		V- Guiso de Lentejas Sobre Arroz Integral, Mezcla de Verduras de California, Pan de Trigo	
Diciembre 14		Diciembre 15		Diciembre 16	
Pollo Cacciatore, Pasta con Ajo y Hierbas, Brócoli y Coliflor		Rosbif Estilo Italiano, Puré de Papas, Ejotes		Ziti al Horno de Pavo, Zanahorias Sazonadas y Brócoli	
				Las reservas para la comida del día festivo del 23 de Diciembre deben hacerse antes del 16 de Diciembre. El espacio es limitado, las reservas pueden agotarse antes del 16 de Diciembre.	
Diciembre 17		Diciembre 20		Diciembre 21	
# Hot Dog de Queso (Res), Tater Tots, Guisantes y Zanahorias		V - Lasaña de Vegetales (Queso, Champiñones, Espinacas, Cebolla, Pimiento) Ejotes sazonados		Pollo Teriyaki, Arroz Jasmín, Vegetales Fritos	
Diciembre 22		Diciembre 23		Diciembre 24	
Swiss Filete con Salsa de Tomate, Mezcla de Papa, Brócoli, Pan de Trigo		Jamón al horno con Salsa de Arándanos y Piña, Papas Sazonadas, Vegetales de la temporada		<b>CERRADO</b>	
Diciembre 27		Diciembre 28		Diciembre 29	
V - Macarrones con queso de Santa Fe de Gerardo, Brócoli Sazonado		Cerdo Szechuan, Arroz Integral, Vegetales Fritos		Pollo con Azúcar Morena, Papas Sazonadas, Zanahorias y Cebollas	
Diciembre 30		Diciembre 31			
Res Asado, Puré de Papas con Salsa, Brócoli y Zanahorias		<b>CERRADO</b>			
Los Centros DUBLIN y PLEASANTON Cerrado. (Livermore Center y Ridgeview Commons abierto)		El Centro de DUBLIN Cerrado (Pleasanton Center, Livermore Center y Ridgeview Commons Abierto)		El Centro de DUBLIN Cerrado (Pleasanton Center, Livermore Center y Ridgeview Commons Abierto)	

**DONACIÓN SUGERIDA: \$3 / comida**  
 Donar en línea:  
[donate.openheartkitchen.org/seniormeal](https://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

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.