



# Menú MAYO 2022

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%

Mayo 2	Mayo 3	Mayo 4	Mayo 5	Mayo 6
V+ Macarrones con queso Santa Fe, Brócoli y Zanahorias, Pande Trigo	+ Pollo BBQ, Patatas Sazonadas, Guisantes Y Zanahorias	Cerdo Szechuan, Arroz Frito, Verduras Salteadas	+ Enchiladas De Res, Frijoles Refritos, Zanahorias Con Pimientos	Zesty Lasagna (Pavo), Ejotes Italianas, Pan de Trigo
Mayo 9	Mayo 10	Mayo 11	Mayo 12	Mayo 13
V+ Chili de 3 Frijoles, Pan de Maíz con Chiles Verdes, Ejotes	+ Tetrazzini de Pavo y Espagueti Cremoso, Mezcla de Vegetales Capri	Pollo Cacciatore, Pasta Penne, Ejotes Con Pimientos	+ Ensalada del Chef (Pavo, Jamón, Queso, Tomate, Zanahoria, Aderezo), Pan de Trigo	Stroganoff de Res con Pasta Fettuccine, Mezcla de Vegetales Capri
Mayo 16	Mayo 17	Mayo 18	Mayo 19	Mayo 20
V+ Enchilada De Queso (Salsa Verde), Frijoles Negros, Arroz Español, Zanahorias Y Pimientos Morrones	Espaguetis con Salsa Picante de Carne (pavo), Ejotes Italianas	Cerdo desmenuzado a la Barbacoa, Papas Fritas Dulces, Ejotes con Tocino	*+ Pollo con Azúcar Moreno, Arroz Blanco, Zanahorias con Cebolla y Pimiento Morrón	Carne Asada, Puré de Papas con Ajo y Salsa, Mezcla de Vegetales Capri
Mayo 23	Mayo 24	Mayo 25	Mayo 26	Mayo 27
V+ Estofado De Lentejas, Arroz Integral, Mezcla De Verduras Normandi, Pan de Trigo	+ Pollo Asado con Hierbas, Papas Asadas, Mezcla de Verduras de California	+ Chile Colorado de Cerdo con Salsa Roja, Arroz con Cilantro, Mezcla de Vegetales Normandía	+ Ensalada de Pasta Mediterránea con Hierbas con Pollo (Queso Feta, Pimiento, Tomate, Aceitunas, Cebolla Morada), Pan de Trigo	+ Carne Teriyaki, Arroz Frito, Vegetales Salteados
May 30	Mayo 31			
<b>CERRADO</b>	+ Hot dog de Res, Papas Fritas, Guisantes y Zanahorias			

**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.