



## Meals on Wheels for Santa Cruz County Dining Centers

### January 2018

	<u>SANTA CRUZ</u> Louden Nelson Center 301 Center St. 427-0901 <b>NOON</b> <b>Monday</b>	<u>LIVE OAK</u> Elena Baskin L.O. Sr. Cnt. 1777 Capitola Rd. 475-7177 <b>12:15</b> <b>Tuesday</b>	<u>SCOTTS VALLEY</u> S.V Senior Center 370 Kings Village Rd. 438-8666 <b>Wednesday ONLY- 11:30</b> <b>Wednesday</b>	<u>BEN LOMOND</u> Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 <b>NOON</b> <b>Thursday</b>	<u>WATSONVILLE</u> Wats Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 <b>11:30</b> <b>Friday</b>	
1) <b>Holiday</b> <b>All Centers Will</b> <b>Be Closed</b>	2) Salmon Patty with Lemon Wedge California Mixed Vegetables Spinach Salad Rice Pilaf / WW Bread/ Butter Apple	3) Rigatoni Broccoli Caesar Salad WW Roll / Butter Pear	4) Roast Chicken Cauliflower Au Gratin Sauted Kale Cornbread/ Butter Citrus Compote	5) Beef Soft Taco Black Beans Zucchini w/ Peppers Mexico City Rice Tangerine		<p><b>MEALS SERVED</b> <b>MONDAY – FRIDAY</b> <b>@ ALL DINING</b> <b>CENTERS.</b> <b>For Adults 60+</b></p> <p><i>Donations of \$2.50 are suggested and appreciated!</i> <i>Please make reservations the day before you plan to attend.</i></p> <p><b>There is no obligation to contribute, contribution is voluntary, and no one will be denied participation if they are unable to contribute.</b></p> <p><i>Each meal is served with a ½ pint of 1% milk.</i></p> <p>Transportation may be Available</p>
8) Meatloaf with Low Sodium Gravy Mashed Potato Romaine Salad w/Bell Peppers WW Bread / Butter Apple	9) Turkey Tetrazini Broccoli Tossed Green Salad WW Roll/ Butter Pear	10) Quiche Peas Romaine Salad With Carrots WW Roll / Butter Tangerine	11) Chicken Enchiladas Cauliflower w/ Red Peppers Fiesta Cabbage Salad Spanish Rice Banana	12) 3 Bean Minestrone Orange Juice Spinach Salad WW Crackers Oatmeal Raisin Cookies		
15) <b>Holiday</b> <b>All Centers Will</b> <b>Be Closed</b>	16) BBQ Pork Mashed Potatoes Coleslaw WW Bread/ Butter Graham Crackers Spiced Hot Apple Slices	17) Chicken Fajitas Refried Beans Cauliflower w/ Peppers Spanish Rice Banana	18) Tuna Salad Vegetable Barley Soup Carrot Raisin Salad WW Bread/ Butter Crackers Orange Juice	19) Macaroni & Cheese Green Beans Tossed Green Salad WW Roll /Butter Tangerine		
22) Baked Fish with Lemon Wedge Baked Sweet Potato Mixed Green Salad/Carrots WW Roll/ Butter Banana	23) Chicken Tortilla Soup Garden Blend Vegetables Spinach Salad Spanish rice Tangerine Vanilla Pudding	24) Sliced Turkey w/ Mushroom Gravy Green Beans Romaine Salad Barley Pilaf WW Roll/ Butter Citrus Fruit Salad	25) Beef Stew Peas Romaine Salad Biscuit / Butter Orange Juice	26)Vegetarian Lasagna Broccoli Caesar Salad WW Roll/ Butter Pear Birthday Cake		
29) Meatball Stroganoff California Mixed Vegetables Romaine Salad WW Bread/ Butter Apple	30) Lentil Soup w/ Crackers Potato Salad Spinach Salad WW Roll/ Butter Tangerine	31) Stir Fry Chicken Sesame Carrots Brown Rice Pineapple Chunks Fortune Cookie				

# Centros Comedores del Programa de Comidas Sobre Ruedas para el Condado

## de Santa Cruz

### Enero 2018

**SANTA CRUZ**  
Louden Nelson Center  
301 Center St.  
427-0901  
Medio Día

**LIVE OAK**  
Elena Baskin L.O. Sr. Cnt.  
1777 Capitola Rd.  
475-7177  
Medio día

**SCOTTS VALLEY**  
S.V Senior Center  
370 Kings Village Rd.  
438-8666  
Miércoles Solamente- 11:30

**BEN LOMOND**  
Highlands Park Sr. Center  
8500 Hwy 9  
336-5366  
Medio Día

**WATSONVILLE**  
Wats Senior Center  
114 E. Fifth St.  
724-2024  
11:30

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1) <b>Día de Fiesta Los Centros Estarán Cerrados</b>	2) Croqueta de Salmon Verduras Mixtas Ensalada de Espinaca Arroz Pan Integral con Mantequilla Manzana	3) Cacerola de Fideo y queso Brócoli Ensalada Caesar Pan Integral con Mantequilla Pera	4) Pollo Asado Coliflor con queso Col Rizada Salteada Pan de maíz Ensalada de fruta citricas	5) Taco de Res Frijoles Negros Calabaza con pimientos Arroz Mandarina	
8) Pan de Carne con Salsa de Carne Puré de Papas Ensalada Romana con Chile Pan Integral con Mantequilla Manzana	9) Cacerola de Pavo Brócoli Ensalada Verde Pan Integral con Mantequilla Pera	10) Pie De Verduras y Huevo Chicharos Ensalada Romana con Zanahorias Pan Integral con Mantequilla Mandarina	11) Enchiladas de Pollo Coliflor con Chile Rojo Ensalada de Col Arroz Mexicano Plátano	12) Minestrone de frijoles Jugo de Naranja Ensalada de Espinaca Galletas Galletas de Avena	
15) <b>Día de Fiesta Los Centros Estarán Cerrados</b>	16) Carne de Puerco con Salsa de Barbacoa Puré de Papas Ensalada de Col Galletas dulce Pan Integral con Mantequilla Rebanadas de Manzana	17) Fajitas de Pollo Frijoles refritos Arroz español Colifor con pimientos Plátano	18) Ensalada de Atún Sopa de Verduras y Cebada Ensalada de Zanahorias y Pasas / Galletas Pan Integral con Mantequilla Jugo de Naranja	19) Pasta con Queso Ejotes Ensalada Verde Mandarina	
22) Pescado al Horno/ limon Camote al Horno Ensalada Mixta y Zanahorias Pan Integral con Mantequilla Plátano	23) Sopa de Pollo y Tortilla Verduras Mixtas Ensalada Espinaca Arroz Español Mandarina Pudín	24) Rebanadas de Pavo con Salsa de Champiñones Ejotes/ Ensalada de Romana Pilaf de cebada Pan Integral con Mantequilla Ensalada de fruta citricas	25) Estofado de Res Chicharos Ensalada Romana Bizcocho con Mantequilla Jugo de Naranja	26) Lasaña Vegetariana Brócoli Ensalada Caesar Pan Integral con Mantequilla Pear/ Pastel de Cumpleaños	
29) Albóndigas con Fideo Verduras Mixtas Ensalada Romana Pan Integral con Mantequilla Manzana	30) Sopa de Lentejas Galletas Ensalada de Papas Ensalada Espinaca Pan Integral con Mantequilla Mandarina	31) Pollo frito Salteado Zanahorias al Sésamo Trozos de Piña Arroz Integral Galleta de la Fortuna			

**LAS COMIDAS SON  
SERVIDAS DE LUNES A  
VIERNES.  
PARA ADULTOS 60+**

*Sugerencia es de \$2.50 por  
comida.  
Favor de hacer sus  
reservaciones un día antes  
del día en que piensa asistir  
al centro.*

No hay obligación de  
contribuir, contribuciones son  
de voluntad y a nadie se le  
negara participación si no  
puede contribuir.

*Cada comida se sirve con ½  
pinta de leche de 1%.*

**TRANSPORTE PUEDE  
ESTAR DISPONIBLE**