

Meals on Wheels for Santa Cruz County Dining Centers

March 2017

SANTA CRUZ

Louden Nelson Center
301 Center St.
427-0901

NOON

Monday

LIVE OAK

Elena Baskin L.O. Sr. Cnt.
1777 Capitola Rd.
475-7177

12:15

Tuesday

SCOTTS VALLEY

S.V Senior Center
370 Kings Village Rd.
438-8666

Wednesday ONLY- 11:30

Wednesday

BEN LOMOND

Highlands Park Sr. Center
8500 Hwy 9
336-5366

NOON

Thursday

WATSONVILLE

Wats Senior Center
114 E. Fifth St.
724-2024

11:30

Friday



1) Roast Chicken
Baked Yam
Romaine Salad
Biscuit/ Butter
Citrus Compote

2) Sloppy Joes
Potato wedges
Succotash
Tangerine

3) Vegetarian Chili
Cauliflower
Spinach Salad
Cornbread /Butter
Banana

6) Savory Casserole with Beef
Mixed Vegetables
Romaine Salad
Roll / Butter
Tangerine

7) Split Pea Soup
Orange Juice
Mixed Green Salad
WW Bread/ Butter
Oatmeal Raisin Cookies

8) Salisbury Steak
Mashed Potatoes
Spinach Salad/ Croutons
WW Bread / Butter
Orange

9) Chicken Fajitas
Pinto Beans
Green Salad
Mexico City Rice
Banana

10) Baked Fish with Lemon
Wedge
Sweet Potato
Coleslaw w/ Carrots
WW Bread/Butter
Apple

13)) Meatloaf
Baked Potato
Romaine Salad w/ Bell Pepper
Roll/ Butter
Banana

14) Stir Fry Chicken
Pineapple Chunks
Sesame Carrots +
Brown Rice
Fortune Cookie

15) Turkey Salad W/ Lettuce
& Tomato
Vegetable Barley Soup
Green Salad/ Orange Juice
Crackers/ WW Roll
Apple Crisp

16) 3 Bean Minestrone
WW Couscous Salad
Tossed Green Salad
Crackers
Pear

17) Corned Beef Sandwich
Pot of Gold Potato Soup
Blarney Slaw
Shamrock Fruited Lime Jello
(High Sodium)

20) Crab Cakes W/ Lemon
Wedge
Peas & Carrots
Brown Rice Pilaf
Spinach Salad/ Orange Juice
WW Roll/ Butter

21) Chicken Tortilla Soup
Garden Blend Vegetables
Tossed Green Salad
Spanish Rice
Citrus Fruit Salad

22) Turkey Tetrazini
Cauliflower
Romaine Salad
WW Roll/ Butter
Banana

23) Beef & Lentil Stew
Cabbage Salad
Cornbread/ Butter
Hot Spiced Apples
Orange Juice

24) Vegetarian Lasagna
Broccoli
Caesar Salad
Garlic Bread
Pear
Birthday Cake

27) BBQ Pork
Mashed Potatoes
Coleslaw with Carrots
Whole Wheat Bread / Butter
Spiced Apple Slices

28) Turkey Mole
Pinto Beans
Spinach Salad
Mexican Rice
Tortilla
Orange Juice
Vanilla Pudding

29)Lemon Chicken
Carrots
Steamed Bok Choy
Pearled Barley
Pineapple Chunks

30) Macaroni & Cheese
Broccoli
Beet Salad
Whole Wheat Bread/ Butter
Tangerine

**Holiday
Dining Sites are
Closed
César Chávez Day**

**MEALS SERVED
MONDAY – FRIDAY
@ ALL DINING
CENTERS.
For Adults 60+**

*Donations of \$2.50 are
suggested and
appreciated!
Please make
reservations the day
before you plan to
attend.*

**There is no obligation to
contribute, contribution is
voluntary, and no one will
be denied participation if
they are unable to
contribute.**

*Each meal is served with a
½ pint of 1% milk.*

**Transportation may be
Available**

Centros Comedores del Programa de Comidas Sobre Ruedas para el Condado

de Santa Cruz

Marzo 2017



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) Pollo Rostizado Camote al horno Ensalada Romana Bizcocho/Mantequilla Ensalada de Fruta	2) Hamburguesa con Salsa de Tomate Rebanadas de Papas Mixtas de habas y maíz Mandarina	3) Chile Vegetariano Coliflor Ensalada Espinaca Pan de Maíz /Mantequilla Plátano
6) Cacerola De Pasta y Res Verduras Mixtas Ensalada Romana Panecillo / Mantequilla Mandarina	7) Sopa de Chicharos Jugo de Naranja Ensalada Verde Mixta Pan Integral con Mantequilla Galleta de Avena y pasas	8) Bistec de Carne con Salsa de Carne Puré de Papas Ensalada Romana Pan Integral con Mantequilla Fruta Fresca	9) Fajitas de Pollo Frijoles Ensalada Verde Arroz Mexicano Plátano	10) Pescado al Horno con Rebanada de Limón Camote al Horno Ensalada de Col Pan Integral /Mantequilla Manzana
13) Pan de Res con Salsa de Carne Papa al Horno Ensalada de Col Panecillo con Mantequilla Plátano	14) Pollo al estilo Chino Zanahorias Trozos de Piña Arroz Café Galleta dulce	15) Ensalada de Pavo Lechuga y tomate Sopa de Verduras y Cebada Ensalada Verde Galletas Jugo de Naranja Postre de Manzana	16) 3 Frijoles Minestrone Ensalada de couscous Ensalada Verde Galletas Pera	17) Emparedado de carne en conserva (Sodio Alto) Sopa de papas con Crema Ensalada de Col Gelatina con Fruta
20) Pastel de Jaiba con Limón Chicharos y zanahorias Ensalada de Espinaca Arroz Café Mandarina	21) Sopa de Pollo y Tortilla Verduras Mixtas Ensalada Verde Arroz Mexicano Ensalada de fruta	22) Cacerola de Pavo italiano Coliflor Ensalada romana Panecillo/Mantequilla Plátano	23) Asado de Res y Lentejas Jugo de Naranja Ensalada de Col Pan de Maíz/Mantequilla Rebanadas de Manzanas	24) Lasaña Vegetariana Brócoli Ensalada Cesar Pan de Ajo Pera Pastel de Cumpleaños
27) Carne de Puerco con Salsa de Barbacoa Puré de Papas Ensalada de Col y Zanahorias Pan Integral con Mantequilla Galleta Rebanadas de Manzanas	28) Mole de Pavo Frijoles Ensalada de Espinaca Arroz Mexicano Tortilla de Maiz Jugo de Naranja Pudín	29) Pollo al Limón Zanahorias Col Chino al Vapor Cebada Periada Trozos de Piña	30) Pasta con Queso Brócoli Ensalada de Betabel Pan Integral con Mantequilla Mandarina	31) Día de Fiesta Los Centros Estarán Cerrados César Chávez Día

**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