

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	
	1	2	3	4	<p align="center"><u>CANCELLATIONS</u> Please call the office to cancel your meal delivery if you are not going to be home: 464-3180 ext. 100</p> <p align="center"><u>PARTICIPANT CONTRIBUTIONS</u> Please mail contributions to: Meals on Wheels Fiscal Office / A.R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076 or contribute online at www.communitybridges.org/mealsonwheels</p> <p align="center">There is no obligation to contribute. No one will be denied participation if he or she is unable to contribute.</p> <p align="center"><u>MILK</u> Each meal is served with 1/2 pint of 1% milk.</p>
PLEASE NOTE: Meals subject to change without prior notice due to COVID-19.	Beef & Cheese enchilada Calif. Blend vegetables Mexi-Corn Banana	Fish with Hollandaise sauce over brown rice Lima beans Corn Whole wheat bread Orange juice	Chicken cacciatore Spinach Mixed vegetables Whole wheat bread Banana	Cheese cannelloni Green beans Peas Carrots Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
7	8	9	10	11 No Regular Delivery	
Lasagna with meat sauce Italian green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	Turkey pot roast and gravy on brown rice Broccoli Carrots Banana	Macaroni and Cheese Spinach Corn Whole wheat bread Orange juice	Meatloaf with gravy Mashed potatoes California blend vegetables Whole wheat bread Banana	Pollo Chimichurri with rice Broccoli Mixed vegetables Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
14	15	16	17	18	
Chicken Parmesan Green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	Baked fish over brown rice Mixed vegetables Broccoli Whole wheat bread Banana	Mexican style Meatloaf Hash brown potatoes Zucchini Orange juice	Chicken Cordon Bleu over brown rice California blend vegetables Corn Whole wheat bread Banana	Beef with mild tomatillo sauce on rice Mixed vegetables Pinto beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
21	22	23	24 No Regular Delivery	25 No Regular Delivery	
Curry chicken over brown rice Mixed vegetables Cauliflower Whole wheat bread Applesauce	Vegetarian Chili with cheese Carrots Corn Whole wheat bread Banana	Turkey & Cheese Enchilada Carrots Green beans Orange juice	Turkey w/stuffing & gravy Peas / Carrots Yams Roll w/ butter pat Pumpkin pie Orange juice	Roast Beef with gravy Mashed potatoes Peas Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
28	29	30		<p align="center"><u>DELIVERY TIMES</u> North County 10:00 am-2:00 pm South County 10:30 am-2:30 pm</p>	
Mushroom chicken over brown rice Broccoli Cauliflower Whole wheat bread Applesauce	Meatloaf with gravy Mashed potatoes California vegetable blend Whole wheat bread Banana	Sweet and Sour Chicken over brown rice Oriental blend vegetables Peas Whole wheat bread Banana			

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
	1	2	3	4	<p align="center">CANCELACIONES Favor de llamar a la oficina para cancelar su entrega de comida si no va estar en casa. 464-3180 ext. 100</p> <p align="center">CONTRIBUCION DE PARTICIPANTE Puede enviar su contribucion a: Meals on Wheels Fiscal Office / A.R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076 o contribuir en el website www.communitybridges.org/mealsonwheels</p> <p align="center">No hay obligacion de contribuir. Contribuciones son voluntarias y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir. LECHE Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1%.</p>
AVISO Comidas sujetas a cambios sin previo aviso debido a COVID - 19.	Enchilada de res y queso Vegetales mixtos Californi Elote Mexicano Platano	Pescado con aliño Holandes en arroz café Frijoles Lima Maiz de elote Pan de trigo integral Jugo de naranja	Pollo estilo Italiano Espinacas Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano	Canneloni de queso Ejotes Chicharos Zanahorias Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
7	8	9	10	11 No Entrega Regular	
Lasaña con aliño de carne Ejotes Italianos Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	Carne de pavo rostizada con aliño en arroz café Brocoli Zanahorias Platano	Macarron con Queso Espinacas Maiz de elote Pan de trigo integral Jugo de naranja	Pan de carne c/aliño Puré de pápa Vegetales mixtos California Pan de trigo integral Platano	Pollo Chimichurri con arroz Brocoli Vegetales mixtos Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
14	15	16	17	18	
Pollo Parmesano Ejotes Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	Pescado horneado en arroz café Vegetales mixtos Brocoli Pan de trigo integral Platano	Pan de carne estilo Mexicano Pápas rayadas Zucchini Jugo de naranja	Pollo al Frances en arroz café Vegetales mixtos California Maiz de elote Pan de trigo integral Platano	Carne de res en salsa de tomatillo en arroz Vegetales mixtos Frijoles pintos Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
21	22	23	24 No Entrega Regular	25 No Entrega Regular	
Pollo carí en arroz café Vegetales mixtos Coliflor Pan de trigo integral Puré de manzana	Frijoles picantes vegetarianos c/queso Zanahorias Maiz de elote Pan de trigo integral Platano	Enchilada de Pavo y Queso Zanahorias Ejotes Jugo de naranja	Pavo con relleno y aliño Chicharos y Zanahorias Camotes Bolillo y mantequilla Pie de calabasa Jugo de naranja	Carne rostizada c/aliño Puré de pápa Chicharos Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
28	29	30	Feliz Dia de Accion de Gracias 	HORAS DE ENTREGAS Norte del Condado 10:00 am-2:00 pm Sur del Condado 10:30 am-2:30 pm	
Pollo con hongos en arroz café Brocoli Coliflor Pan de trigo integral Puré de manzana	Pan de carne con aliño Puré de pápa Vegetales mixtos Californi Pan de trigo integral Platano	Pollo agridulce en arroz café Vegetales mixtos Oriental Chicharos Pan de trigo integral Platano			