

<u>Santa Cruz</u> London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12 pm		<u>Live Oak</u> PICK-UP ONLY 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		<u>Scotts Valley</u> Currently Closed No Meal Service Provided		<u>Ben Lomond</u> Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12:00 pm		<u>Watsonville</u> Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30 AM		Contributions of \$2.50 are suggested and appreciated!	
MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		MEALS SERVED MONDAY-FRIDAY @ ALL OPEN DINING CENTERS FOR ADULTS 60+	
2 Meatloaf w/ LS Gravy Mixed Vegetables Tossed Green Salad Herbed Noodles WW Bread w/ Butter Applesauce		3 Pizza Three Bean Salad Caesar Salad Orange Juice		4 Turkey Salad Vegetable Barley Soup Green Salad w/ Carrots WW Bread w/ Butter Banana		5 Chicken Tortilla Soup Corn w/ Peppers Mixed Green Salad Mexico City Rice Fruit Cup		6 Baked Fish w/ Tartar Sauce Sweet Potato Spinach Salad WW Bread w/ Butter Strawberries			
9 Chicken Parmesan Broccoli Spinach Salad WW Noodles Fresh Fruit in Season		10 Quiche Roasted Potatoes Romaine Salad w/ Kidney Beans WW Bread w/ Butter Strawberries		11 Beef Fajitas w/ Tortilla Refried Beans Green Salad w/ Tomatoes Spanish Rice Citrus Fruit Salad		12 Tuna Salad w/ Lettuce & Tomato Garden Vegetable Soup Romaine Salad WW Bread w/ Butter Berry Fruit Crisp		13 Lemon Chicken Carrots Steamed Bokchoy Pearled Barley Pineapple Chunks		For Your Safety masks are required before and after enjoying meal service.	
16 Salmon Patty w/ Lemon Wedge Broccoli Spinach Salad w/Red Peppers Dilled Noodles WW Roll/ Butter Banana		17 Split Pea Soup Vegetable Couscous Salad Mixed Green Salad WW Bread w/ Butter Diced Cantelope Melon Oatmeal Cookie		18 Sloppy Joes/ WW Bun Succotash Romaine Salad w/ Carrots Applesauce		19 Potato Kale& Cheese Enchilada Refried Beans Spinach Salad w/ Carrots Mexico City Rice Strawberries		20 Sliced Turkey/Mushroom Gravy Vegetable Garden Blend Barley Pilaf Romaine Salad WW Roll/ butter Citrus Fruit Salad			
23 BBQ Pork w/ LS BBQ Sauce Mashed Potatoes Coleslaw WW Bread w/ Butter Spiced Apple Slices		24 Sweet & Sour Shrimp Green Bean & Red Pepper Stir Fry Napa Cabbage Salad Brown Rice Fortune Cookie Pears		25 Vegetarian Lasagna Broccoli Caesar Salad w/ Garbanzos WW Roll/ Butter Strawberries		26 Sopa de Albondigas Cauliflower w/ Peppers Spinach Salad Corn Bread/ Butter Banana		27 Chicken Florentine w/ Brown Rice Mixed Vegetables Tossed Green Salad WW Roll/ Butter Tangerine Birthday Cake			
30 Savory Casserole Green Beans Tossed Green Salad WW Roll/Butter Applesauce		31 Deviled Chicken w Orange Glaze Baked Yam / Peas & Carrots WW Roll/ Butter Tangerine Pumpkin Pudding w Cookie								Each meal is served with a 1/2 pint of 1% milk.	
										Transportation may be available.	

Each meal is served with a 1/2 pint of 1% milk.

Transportation may be available.

octubre 2023 | Centros Comedores

<u>Santa Cruz</u> London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12pm		<u>Live Oak</u> Para Llevar Solamente 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		<u>Scotts Valley</u> Actualmente Cerrado No Servicio de Comida		<u>Ben Lomond</u> Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 Medio Dia		<u>Watsonville</u> Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30am		Sugerencia es de \$2.50 por comida.		
LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+		
2 Pastel de Carne /c Salsa Verduras Mixtas Ensalda Mixtas Fideos c/ Hierbas Pan Integral con Mantequilla		3 Pizza Ensalada de frijoles Ensalada Cesar Jugo de Naranja		4 Ensalada de Pavo Sopa de Verduras y Cebada Ensalada Verde con Zanahorias Pan Integral con Mantequilla Plátano		5 Sopa de Tortilla Elote c/ Pimientos Ensalada Verde Arroz Mexicano Fruta en Almibar		6 Pescado al Horno Camote al Horno Ensalada Espinacas Pan Integral c/ Mantequilla Fresas				
9 Pollo Parmesano con Fideos Brocoli Ensalada de Espinacas Fruta Fresca de Temporada		10 Quiche Patatas Asadas Ensalada Romana c/ Frijoles Pan Integral con Mantequilla Fresas		11 Fajitas de Res con Tortilla Frijoles Refritos Ensalada Verde con Tomates Arroz Español Ensalada de Fruta Citrica		12 Ensalada de Atun c/ Lechuga y Tomate Sopa de Verduras Ensalada Romana Pan Integral con Mantequilla Postre de Fruta		13 Pollo Enlimonado Zanahorias Col Rizado al Horno Cebada Trozitos de Piña				
16 Croqueta de Salmon c/ Limon Brocoli Ensalada de Espinacas Vestido de Fideos Panecillo Integral con Mantequilla Platano		17 Sopa de Chicharos Ensalada de Couscous Ensalada Verde Pan Integral c/ Mantequilla Melón Galleta de Avena		18 Hamburgueso de Carne Molida Habas con Elotes Ensalda de Romana con Zanahorias Puré de Manzanas		19 Enchilada de Col Rizado y Papas con Queso Frijoles Refritos Ensalada de Espinacas Arroz Estilo Mexico Fresas		20 Rebanada de Pavo c/ Salsa de hongos Verduras Mixtas Ensalda de Romana Pilaf de Cebada Ensalada de Fruta Citrica		Por su seguridad el uso de cubrebocas es requerido antes y despues de disfrutar de sus alimentos.		
23 Carne de Puerco c/ Salsa de Barbacoa Papa Molida Ensalada de Col Pan Integral con Mantequilla Rebanadas de Manzana al Horno		24 Gamba Agridulce Judias Verdes y Pimiento Saltear Ensalada de Col Napa Arroz Integral Galleta de la Fortuna Peras		25 Lasaña Vegetarianos Brocoli Ensalada Cesar con Garbanzos Panecillo con Mantequilla Fresas		26 Sopa de Albondigas Coliflor con Pimientos Ensalada de Espinacas Pan de Elote c/ Mantequilla Plátano		27 Pollo Florentino Verduras Mixtas Ensalda Mixtas Arroz Integral Mandarina Pastel de Cumpleaños				
30 Cacerola de Fideos Frijole Verdes Ensalada Mixtas Panecillo Integral con Mantequilla Puré de Manzanas		31 Pollo c/ Salsa de Mandarina a la Naranja Mandarina, Pudín y Galleta Panecillo c/ Mantequilla Chicharos y Zanahorias Camote al Horno								Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1%		
											Transporte puede estar disponible.	