



# JULY 2024 | Senior Dining Centers

<b>Santa Cruz</b>		<b>Live Oak</b>		<b>Scotts Valley</b>		<b>Ben Lomond</b>		<b>Watsonville</b>		<b>Contributions of \$2.50 are suggested and appreciated!</b>	
London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12 pm		<b>PICK-UP ONLY</b> 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		Currently Closed No Meal Service Provided		Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12:00 pm		Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30 AM			
<b>MONDAY</b>		<b>TUESDAY</b>		<b>WEDNESDAY</b>		<b>THURSDAY</b>		<b>FRIDAY</b>		<b>MEALS SERVED MONDAY-FRIDAY @ ALL OPEN DINING CENTERS FOR ADULTS 60+</b>	
<b>1</b> Spaghetti w/ Meatballs Broccoli Mixed Green Salad WW Roll & Butter Applesauce	<b>2</b> Chicken Pozole Cauliflower w/ Peppers Romaine Salad w/ Carrots Spanish Rice Tangerine/ Vanilla Pudding	<b>3</b> Beef Hot Dog Vegetarian Chili Beans Coleslaw WW Bun Strawberries	<b>4</b> <b>CLOSED</b> <b>Happy Holiday</b> <b>All Centers Will Be Closed</b>		<b>5</b> Quiche Roasted Potatoes Mixed Green Salad w/ Kidney Beans WW Bread & Butter Banana						
<b>8</b> Rigatoni Casserole Green Salad w/ Hard Boiled Egg Three Bean Salad WW Roll & Butter Orange Juice <i>*No 1/2 Pint Milk Served</i>	<b>9</b> Beef Tostada Cauliflower w/ Peppers Refried Beans Spanish Rice Banana	<b>10</b> Chef Salad w/ Croutons Lentil Soup WW Roll & Butter Melon Wedge	<b>11</b> Salmon Patty w/ Tzatziki Sauce Zucchini Green Salad w/ Feta & Pepitas Dill Noodles WW Roll & Butter Diced Pears	<b>12</b> Lemon Chicken Carrots Steamed Bokchoy Brown Rice Pineapple Chunks							
<b>15</b> Salisbury Steak w/ LS Gravy Mashed Potatoes Green Salad w/ Red Pepper WW Bread & Butter Spiced Apple Slices	<b>16</b> Asian Chicken Salad Lettuce & Cabbage Mix Carrot & Cucumber Slices Sesame Noodle Salad Mandarin Oranges	<b>17</b> Shrimp & Cheese Enchilada Black Beans Cauliflower w/ Peppers Spanish Rice Diced Cantaloupe	<b>18</b> Three Bean Minestrone Tabouli Salad Tossed Salad w/ Hard Boiled Egg WW Roll Banana	<b>19</b> Turkey Burger w/ Lettuce & Tomato Coleslaw Potato Wedges WW Bun Plum							
<b>22</b> BBQ Pork w/ LS BBQ Sauce Mashed Potatoes Tossed Salad w/ Red Pepper WW Bread & Butter Graham Crackers Spiced Apple Slices	<b>23</b> Sopa de Albondigas Mixed Vegetables Green Salad WW Cornbread & Butter Tangerine	<b>24</b> Macaroni and Cheese Three Bean Salad Tossed Salad w/ Red Pepper Banana	<b>25</b> Baked Fish w/ Tartar Sauce Baked Potato w/ Sour Cream Spinach Salad WW Bread & Butter Orange Juice	<b>26</b> BBQ Chicken Thigh Cauliflower Au Gratin Sauteed Kale Greens Rice Pilaf Plum Birthday Cake							
<b>29</b> Chicken Parmesan w/ Risotto Broccoli Green Salad WW Roll & Butter Tangerine	<b>30</b> Mexican Stew/Picadillo Cauliflower Romaine Salad w/ Carrots Mexican Rice Corn Tortilla Banana	<b>31</b> Turkey Salad Cream of Broccoli Soup Carrot Raisin Salad WW Bread WW Crackers Orange Juice									

**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 1/2 pint of 1% milk.**

**Transportation may be available.**

# JULIO 2024 | Centros Comedores

<b>Santa Cruz</b>		<b>Live Oak</b>		<b>Scotts Valley</b>		<b>Ben Lomond</b>		<b>Watsonville</b>		<b>Sugerencia es de \$2.50 por comida.</b>	
London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12pm		<b>Para Llevar Solamente</b> 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		Actualmente Cerrado No Servicio de Comida		Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 Medio Dia		Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30am			
<b>LUNES</b>		<b>MARTES</b>		<b>MIERCOLES</b>		<b>JUEVES</b>		<b>VIERNES</b>		 <b>Meals on Wheels</b> FOR SANTA CRUZ COUNTY	
<b>1</b> Espaguetis con Albondigas Brócoli Ensalada Mixta Panecillo Integral & Mantequilla Puré de Manzana	<b>2</b> Pollo Pozole Coliflor c/ Pimiento Rojo Ensalada Romana c/ Zanahoria Arroz Español Mandarina & Pudín de Vainilla	<b>3</b> Perro Caliente de Carne Frijoles Vegetarianos Ensalada de Col Bollo Integral Fresas	<b>4</b> <b>CERRADO</b> <b>Feliz Fiestas Todos</b> <b>Los Centros Estarán</b> <b>Cerrados</b>		<b>5</b> Quiche Papas Asadas Ensalada Mixta c/ Frijoles Rojos Pan Integral & Mantequilla Platano	<b>LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+</b>					
<b>8</b> Cacerola de Fideos Ensalada Mixta c/ Huevo Cocido Ensalada de Tres Frijoles Panecillo Integral & Mantequilla Jugo de Naranja <i>*No 1/2 Pinta de Leche Servida</i>	<b>9</b> Tostada de Carne Coliflor c/ Pimiento Rojo Frijoles Refritos Arroz Español Platano	<b>10</b> Ensalada Chef c/ Picatostes Sopa de Lentejas Panecillo Integral & Mantequilla Cuña de Melón	<b>11</b> Croqueta de Salmon c/ Tzatziki Calabacín Ensalada Verde c/ Feta y Pepitas Fideos de Eneldo Panecillo Integral & Mantequilla Trozos de Pera	<b>12</b> Pollo al Limón Zanahorias Bok Choy al Vapor Arroz Integral Trozos de Piña							
<b>15</b> Carne de Res c/ Salsa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Pan Integral con Mantequilla Manzana Especiada	<b>16</b> Ensalada de Pollo Estilo Asiático Lechuga y Repollo Mixta Rebanadas de Pepino y Zanahorias Ensalada de Fideos Sesame Mandarina	<b>17</b> Enchilada de Camaron y Queso Frijoles Negros Coliflor c/ Pimiento Rojo Arroz Español Trozos de Cantalupo	<b>18</b> Minestrone de Tres Frijoles Ensalada de Tabbouleh Ensalada Verde c/ Huevo Cocido Panecillo Integral Platano	<b>19</b> Hamburguesa de Pavo c/ Lechuga y Tomate Ensalada de Col Cuñas de Papas Bollo Integral Ciruela							
<b>22</b> Carne de Puerco c/ Salsa de Barbacoa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Pan Integral/ Galletas Graham Manzana Especiada	<b>23</b> Sopa de Albondigas Verduras Mixtas Ensalada Verde Pan de Elote & Mantequilla Mandarina	<b>24</b> Macarrones con Queso Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Platano	<b>25</b> Pescado al Horno c/ Salsa Tartar Papa Horneado c/ Crema Agria Ensalada de Espinacas Pan Integral & Mantequilla Jugo de Naranja	<b>26</b> Muslo de Pollo c/ Salsa de Barbacoa Coliflor Gratinado Col Rizada de Salteado Pilaf de Arroz Ciruela Pastel de Cumpleaños	<b>No hay obligacion de contribuir, contribuciones son de voluntad y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir.</b>						
<b>29</b> Pollo Parmesano c/ Risotto Brócoli Ensalada Verde Panecillo Integral & Mantequilla Mandarina	<b>30</b> Picadillo Coliflor Ensalada Romana c/ Zanahoria Arroz Mexicano Tortilla de Maíz Platano	<b>31</b> Ensalada de Pavo Sopa de Crema de Brócoli Ensalada de Zanahoria y Pasas Pan Integral Galletas Saladas Jugo de Naranja			 <b>LIFT LINE</b> COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		<b>Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1%</b>				
<b>Transporte puede estar disponible.</b>											