




NOVEMBER 2024 | Senior Dining Centers

Santa Cruz London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12 pm		Live Oak PICK-UP ONLY 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		Ben Lomond Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12:00 pm		Watsonville Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30 AM		Please call the dining site of your choice to make reservations the day before you plan to attend.	
MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		Contributions of \$3.50 are suggested and appreciated!	
 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY		 LIFT LINE COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD				 *Represents High Sodium		1 Turkey Burger w/ Lettuce & Tomato Coleslaw Potato Wedges Whole Grain Bun Plum			
4 Rigatoni Casserole Green Salad w/ Hard Boiled Egg Three Bean Salad Whole Wheat Roll & Butter Orange Juice *No 1/2 Pint Milk Served		5 Beef Stew Peas Spinach Salad Whole Wheat Biscuit & Butter Tangerine		6 Chicken Pozole Zucchini Mixed Green Salad Spanish Rice Apple Vanilla Pudding		7 Crab Cakes w/ Lemon Wedge Herbed Cauliflower Romaine Salad w/ Carrots Pesto Noodles Banana		8 Turkey Divan Casserole Steamed Carrots Mixed Green Salad Whole Wheat Roll & Butter Citrus Fruit Salad		There is no obligation to contribute, contributon is voluntary, and no one will be denied participation if they are unable to contribute.	
11 CLOSED Happy Holiday All Centers Will Be Closed		12 Spaghetti & Meatballs Broccoli Mixed Green Salad Whole Wheat Roll & Butter Applesauce		13 Turkey Salad w/ Lettuce Cream of Broccoli Soup Carrot Raisin Salad Whole Wheat Bread Whole Wheat Crackers Banana		14 Chicken Enchiladas California Mixed Vegetables Fiesta Cabbage Salad Spanish Rice Tangerine		15 Split Pea Soup Mushroom Vegetable Salad Mixed Green Salad Whole Wheat Bread & Butter Berry Fruit Crisp			
18 BBQ Pork w/ LS BBQ Sauce Mashed Potatoes Green Salad w/ Red Pepper Whole Wheat Bread & Butter Graham Crackers Spiced Apple Slices		19 Beef and Cheese Soft Taco Vegetable Garden Blend Romaine Salad Mexico City Rice Banana		20 Macaroni & Cheese Three Bean Salad Green Salad w/ Red Pepper Orange Juice *No 1/2 Pint Milk Served		21 Turkey w/ Gravy, Stuffing & Cranberry Sauce Fresh Mixed Vegetables Mashed Potatoes Whole Wheat Roll & Butter Pumpkin Pie, Apple Juice		22 Baked Fish w/ Lemon Wedge Sweet Potato Spinach Salad Whole Wheat Roll & Butter Tangerine Birthday Cake		MEALS ON WHEELS FOR SANTA CRUZ COUNTY 1777 CAPITOLA RD. SANTA CRUZ, CA 95062 (831) 464-3180 COMMUNITYBRIDGES.ORG/MEALSONWHEELS	
25 Salisbury Steak w/ Low Sodium Gravy Mashed Potatoes Green Salad w/ Red Pepper Whole Wheat Bread & Butter Spiced Apple Slices		26 Navy Bean Soup Vegetable Pasta Salad Green Salad w/ French Dressing Whole Wheat Crackers Banana		27 Pizza Three Bean Salad Caesar Salad Fruit Cup		28 CLOSED Happy Holiday All Centers Will Be Closed		29 CLOSED Happy Holiday All Centers Will Be Closed			

NOVIEMBRE 2024 | Centros Comedores

Santa Cruz London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12pm	Live Oak Para Llevar Solamente 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm	 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD	Ben Lomond Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12pm	Watsonville Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 724-2024 11:30am	Favor de llamar a centro que guste para hacer su reservacion un dia antes del dia que piensa asistir al centro.
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY	 LIFT LINE COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		 Representa Alto en Sodio	1 Hamburguesa de Pavo c/ Lechuga y Tomate Ensalada de Repollo Cuña de Papas Bollo Integral, Ciruela	Sugerencia es de \$3.50 por comida.
4 Cacerola de Fideos Ensalada Mixta c/ Huevo Cocido Ensalada de Tres Frijoles Panecillo & Mantequilla Jugo de Naranja *No 1/2 Pinta de Leche Servida	5 Caldo de Carne de Res Chicharos Ensalada de Espinacas Salado de Panecillo & Mantequilla Mandarina	6 Pollo Pozole Calabaza Ensalada Mixta Arroz Español Manzana Pudín de Vainilla	7 Pastel de Cangrejo c/ Limon Coliflor con Hierbas Ensalada Romana c/ Zanahoria Fideos al Pesto Platano	8 Cacerola de Pavo y Brócoli Zanahorias al Vapor Ensalada Mixta Panecillo & Mantequilla Ensalada de Fruta Citrica	LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+
11 CERRADO Feliz Fiestas Todos Los Centros Estarán Cerrados	12 Espaguetis con Albondigas Brócoli Ensalada Mixta Panecillo & Mantequilla Puré de Manzana	13 Ensalada de Pavo c/ Lechuga Sopa de Crema de Brócoli Ensalada de Zanahorias y Pasas Pan Integral y Galletas Integral Platano	14 Enchiladas de Pollo Verduras Mixta Estilo de California Ensalada de Repollo Fiesta Arroz Español Mandarina	15 Sopa de Chicharos Ensalada de Hongas y Verduras Ensalada Mixta Pan Integral & Mantequilla Fruta Crujiente	
18 Carne de Puerco c/ Salsa de Babacoa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Pan Integral/ Galletas Graham Manzana Especiada	19 Taco de Carne de Res y Queso Verduras Mixtas Ensalada Romana Arroz Mexicano Platano	20 Macarrones con Queso Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Jugo de Naranja *No 1/2 Pinta de Leche Servida	21 Pavo c/ Salsa, Relleno y Salsa de Arándano Verduras Frescas Mixtas Puré de Papa Panecillo & Mantequilla Pastel de Calabaza, Jugo de Manzana	22 Pescado al Horno c/ Limon Camote Ensalada de Espinacas Panecillo & Mantequilla Mandarina Pastel de Cumpleaños	
25 Carne de Res c/ Salsa Bajo en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Pan Integral & Mantequilla Manzana Especiada	26 Sopa de Frijoles Blancos Ensalada de Pasta y Verduras Ensalada Verde c/ Aderezo Francés Galletas Integral Platano	27 Pizza Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Cesar Taza de Fruta	28 CERRADO Feliz Fiestas Todos Los Centros Estarán Cerrados	29 CERRADO Feliz Fiestas Todos Los Centros Estarán Cerrados	Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1% Transporte puede estar disponible.