



NOVEMBER 2024 | HOME-DELIVERED MEALS 5 DAY BULK

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	<p>CANCELLATIONS Please call the office to cancel your meal delivery if you are not going to be home: 464-3180 ext. 100</p> <p>PARTICIPANT CONTRIBUTIONS Please mail contributions to: Meals on Wheels Fiscal Office / A.R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076</p> <p>There is no obligation to contribute. No one will be denied participation if he or she is unable to contribute.</p> <p>BREAD & MILK Bread is delivered on: Monday: 2 slices Thursday: 2 slices Friday/Sunday: 2 slices Each meal is served with 1/2 pint of 1% milk.</p> <p>If you receive a week's supply of meals on one day substitutions are not allowed.</p>
<p>PLEASE NOTE: Meals subject to change without prior notice due to COVID 19.</p>	<p>DELIVERY TIMES North County 10:00 am-2:00 pm South County 10:30 am-2:30 pm</p>			<p>1 Turkey Enchilada casserole Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice</p>	
<p>4 Chicken fettucine in Alfredo sauce Peas Carrots Whole wheat bread Applesauce</p>	<p>5 Teriyaki meatballs over brown rice Green beans/Cauliflower 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Banana</p>	<p>6 Fish Fillet w/ Hollandaise sauce over brown rice Lima beans Corn Whole wheat bread Orange juice</p>	<p>7 Chicken cacciatore Spinach Mixed vegetables Whole wheat bread Banana</p>	<p>8 Beef Burgundy over noodles Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice</p>	
<p>11 No Regular Delivery Lasagna with meat sauce Italian green beans Corn Whole wheat bread Applesauce</p>	<p>12 Breaded Fish over brown rice Mixed vegetables Broccoli Whole wheat bread Banana</p>	<p>13 BBQ Chicken Macaroni noodles Spinach Whole wheat bread Orange juice</p>	<p>14 Meatloaf w/ gravy Mashed sweet potatoes California blend vegetables Whole wheat bread Banana</p>	<p>15 Pollo Chimichurri with rice, broccoli Mixed vegetables 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Orange/pineapple juice</p>	
<p>18 Curry Chicken Strips over brown rice Mixed vegetables/cauliflow 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Applesauce</p>	<p>19 Turkey Pot Roast over brown rice Carrots Broccoli Whole wheat bread Banana</p>	<p>20 Mexican style meatloaf Hash brown potatoes Zucchini Orange juice</p>	<p>21 Santa Fe Chicken over brown rice Refried beans Chuckwagon corn Whole wheat bread Banana</p>	<p>22 Beef with mild tomatillo sauce on rice Mixed vegetables Pinto beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice</p>	
<p>25 Chicken Parmesan Green beans Corn Whole wheat bread Applesauce</p>	<p>26 Vegetarian Chili with cheese Carrots Corn Whole wheat bread Banana</p>	<p>27 Beef & Cheese enchilada Mexi-Corn California blend vegetables Orange juice</p>	<p>28 No Regular Delivery Turkey w/stuffing & gravy Yams Mixed vegetables Roll / butter Pumpkin pie Orange juice</p>	<p>29 No Regular Delivery Roast Beef w/ gravy Mashed potatoes Peas 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Orange/pineapple juice</p>	

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	<p>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>CONTRIBUCION DE PARTICIPANTE Puede enviar su contribucion a: Meals on Wheels Fiscal Office / A.R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076</p> <p>No hay obligacion de contribuir. Contribuciones son voluntarias y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir.</p> <p>PAN Y LECHE El pan es entregado los: Lunes 2 rebanadas Jueves 2 rebanadas Viernes/Domingo 2rebanadas Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1%.</p> <p>Si usted recibe una semana de comidas en un dia no se permiten sustituciones.</p>
<p>AVISO: Comidas sujetas a cambios sin previo aviso debido a COVID-19.</p>	<p>HORAS DE ENTREGAS Norte del Condado 10:00 am-2:00 pm Sur del Condado 10:30 am-2:30 pm</p>			<p>1 Caserola de enchilada de pavo Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña</p>	
	<p>4 Pollo en pasta con aliño Alfredo Chicharos Zanahorias Pan de trigo integral Puré de manzana</p>	<p>5 Albondigas Teriyaki en arroz café Ejotes / Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Platano</p>	<p>6 Pescado con aliño Holandes en arroz café Frijoles Lima Maiz de elote Pan de trigo integral Jugo de naranja</p>	<p>7 Pollo estilo Italiano Espinacas Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano</p>	
<p>11 No Entrega Regular Lasaña con aliño de carne Ejotes Italianos Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana</p>	<p>12 Pescado empanizado en arroz café Vegetales mixtos Brocoli Pan de trigo integral Platano</p>	<p>13 Pollo asado Fideos de macarron Espinacas Pan de trigo integral Jugo de naranja</p>	<p>14 Pan de carne con aliño Puré de camote Vegetales mixtos California Pan de trigo integral Platano</p>	<p>15 Pollo Chimichurri con arroz y brocoli Vegetales mixtos 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña</p>	
<p>18 Tiras de pollo carí en arroz café Vegetales mixtos/Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Puré de manzana</p>	<p>19 Carne de pavo rostizada en arroz café Zanahorias Brocoli Pan de trigo integral Platano</p>	<p>20 Pan de carne estilo Mexicano Pápas rayadas Calabasas Zuchini Jugo de naranja</p>	<p>21 Pollo estilo Santa Fe en arroz café Frijoles refritos Maiz de campo Pan de trigo integral Platano</p>	<p>22 Carne de res en salsa de tomatillo en arroz Vegetales mixtos Frijoles pintos Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña</p>	
<p>25 Pollo Parmesano Ejotes Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana</p>	<p>26 Frijoles picantes vegetarianos con queso Zanahorias Maiz de elote Pan de trigo integral Platano</p>	<p>27 Enchilada de res y queso Maiz de elote Mexicano Vegetales mixtos California Jugo de naranja</p>	<p>28 No Entrega Regular Pavo con relleno y aliño Camote Vegetales mixtos Bolillo con mantequilla Pay de calabasa Jugo de naranja</p>	<p>29 No Entrega Regular Carne rostizada c/aliño Puré de papa Chicharos 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña</p>	