





MAYO 2025 | Centros Comedores

Santa Cruz London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12pm	Live Oak Live Oak Senior Center 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	Sugerencia es de \$3.50 por comida.
 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY	 *Representa Vegetariano  *Representa Alto in Sodio		1 Pastel de Carne c/ Salsa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Panecillo/ Galletas de Graham Manzana Especiada	2 Cacerola de Fideos c/ Atún Ensalada de Espinacas Pan Integral & Mantequilla Mandarina	
5 Enchiladas de Pollo Frijoles Pintos Ensalada de Repollo Fiesta Arroz Español Jugo de Naranja Pudin	6 Ensalada de Huevos c/ Lechuga Sopa Minestrone Ensalada de Espinacas c/ Pimiento Rojo Whole Wheat Bread/ Crackers Platano	7 Carne de Res c/ Salsa Bajo en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimiento Rojo Pan Integral & Mantequilla Manzana Especiada	8 Hamburguesa de Pavo c/ Lechuga y Tomate Brócoli Cuña de Papas Bollo Integral Platano	9 Sopa de Almejas de Nueva Inglaterra Betabel Ensalada Romana Pan Integral & Mantequilla Galletas de Ostras Crujiente de Fruta de Fresa	LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+
12 Pastel de Cangrejo c/ Limon Coliflor con Hierbas Ensalada Romana c/ Zanahorias Fideos al Pesto Rodajas de Manzana	13 Ensalada de Pollo Estilo Asiatico Lechuga y Repollo Mixta Rebanadas de Pepino y Zanahoria Ensalada de Fideos Sésamo Mandarina	14 Taco de Carne de Res y Queso Verduras Mixtas Ensalada Romana Arroz Mexicano Naranja	15 Ensalada de Pavo c/ Lechuga Sopa de Crema de Brócoli Ensalada de Zanahorias y Pasas Pan Integral Galletas Integral Platano	16 Pizza Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Cesar Taza de Fruta	
19 Bocadillo de Carne Molida Habas con Elotes Ensalada Romana c/ Pimientos Bollo Integral Platano	20 Croqueta de Salmon c/ Tzatziki Ejotes Ensalada Espinacas c/ Zanahoria Pilaf de Arroz Integral Panecillo Integral & Mantequilla Peras	21 Macarrones con Queso Brócoli Ensalada de Tres Frijoles Panecillo Integral & Mantequilla Mandarina	22 Pollo Pozole Calabaza Ensalada Verde Arroz Español Manzana Pudin de Vainilla	23 Perro Caliente de Carne Frijoles Vegetarianos Ensalada de Repollo Bollo Integral Gelatina c/ Mandarina	
26 CERRADO Feliz Fiestas Todos Los Centros Estarán Cerrados	27 Pescado al Horno c/ Limon Camote Ensalada Verde Panecillo & Mantequilla Trozitos de Pera	28 Cacerola de Fideos y Carne Verduras Mixtas de California Ensalada Mixta Panecillo Integral & Mantequilla Puré de Manzana	29 Sopa de Frijoles Blancos Ensalada de Pasta y Verduras Ensalada Verde c/ Aderezo Francés Galletas Integral Platano	30 Muslo de Pollo Horneado Coliflor Gratinado Col Rizada de Salteado Pilaf de Arroz Integral Manzana/ Pastel de Cumpleaños	No hay obligacion de contribuir, contribuciones son de voluntad y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir.
					Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1% Transporte puede estar disponible.

COMIDAS SOBRE RUEDAS PARA EL CONDADO DE SANTA CRUZ | 1777 CAPITOLA RD. | SANTA CRUZ, CA | 95062 | (831) 464-3180 | COMMUNITYBRIDGES.ORG/MEALSONWHEELS