

JULY 2025 | HOME-DELIVERED MEALS 5 DAY BULK

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	 FOR QUESTIONS ABOUT YOUR MEALS DELIVERY, INCLUDING CANCELLATIONS CALL 831 464-3180 EXT. 100 CONTRIBUTIONS: Please mail contributions to: Meals on Wheels Fiscal Office / A. R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076 There is no obligation to contribute. No one will be denied meals if he or she is unable to make a contribution. BREAD AND MILK: Sliced bread is delivered: 5-meal package 4 slices 7-meal package 6 slices Each meal is delivered with 1/2 pint of 1% milk. If you receive a week's supply of meals substitutions are not allowed
 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD	1 Meatloaf w/gravy Mashed Sweet potatoes Calif. Blend vegetables Whole wheat bread Banana	2 Sweet & Sour Chicken over brown rice Oriental blend vegetables Peas Whole wheat bread Banana	3 Spaghetti w/meatballs (plant based) Broccoli Mixed vegetables Orange juice	4 No Regular Delivery Turkey Enchilada casserole Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
7 Chicken fettucine in Alfredo sauce Peas Carrots Whole wheat bread Applesauce	8 Teriyaki meatballs over brown rice Green beans/Cauliflower 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Banana	9 Fish Fillet w/ Hollandaise sauce over brown rice Lima beans Corn Whole wheat bread Orange juice	10 Chicken cacciatore Spinach Mixed vegetables Whole wheat bread Banana	11 Beef Burgundy over noodles Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
14 Lasagna with meat sauce Italian green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	15 Breaded Fish over brown rice Mixed vegetables Broccoli Whole wheat bread Banana	16 BBQ Chicken Macaroni noodles Spinach Whole wheat bread Orange juice	17 Meatloaf w/ gravy Mashed sweet potatoes California blend vegetables Whole wheat bread Banana	18 Pollo Chimichurri with rice, broccoli Mixed vegetables 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
21 Curry Chicken Strips over brown rice Mixd vegetabl/Cauliflower 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Applesauce	22 Turkey Pot Roast over brown rice Carrots Broccoli Whole wheat bread Banana	23 Mexican style meatloaf Hash brown potatoes Zucchini Whole wheat bread Orange juice	24 Santa Fe Chicken over brown rice Refried beans Chuckwagon corn Whole wheat bread Banana	25 Beef with mild tomatillo sauce on rice Mixed vegetables Pinto beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
28 Chicken Parmesan Green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	29 Vegetarian Chili with cheese Carrots Corn Whole wheat bread Banana	30 Beef & Cheese enchilada Mexi-Corn California blend vegetables Orange juice	31 Chicken Primavera Carrots Green beans Whole wheat bread Banana	DELIVERY TIMES North County 10:00 am-2:00 pm South County 10:30 am-2:30 pm	

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	 SI TIENE PREGUNTAS DE SU ENTREGA, INCLUSO CANCELACIONES LLAMAR A 831 464-3180 EXT. 100 CONTRIBUCIONES: Favor de enviar contribuciones a: Meals on Wheels Fiscal Office / A. R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076 No hay obligacion de contribuir. Contribuciones son voluntarias y a nadie se le negará comidas si no puede contribuir. PAN Y LECHE: Pan rebanado es entregado: caja de 5 comidas 4 rebanadas caja de 7 comidas 6 rebanadas Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1% Si usted recibe una semana de comidas no se permiten sustituciones 
 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD	1 Pan de carne con aliño Puré de pápa Vegetales mixtos Californ. Pan de trigo integral Platano	2 Pollo agri dulce en arroz café Vegetales mixtos Orientales Chicharos Pan de trigo integral Platano	3 Espagueti c/albondigas (hecho de plantas) Brocoli Vegetales mixtos Jugo de naranja	4 Caserola de enchilada de pavo Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
7 Pollo en pasta con aliño Alfredo Chicharos Zanahorias Pan de trigo integral Puré de manzana	8 Albondigas Teriyaki en arroz café Ejotes / Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Platano	9 Pescado con aliño Holandes en arroz café Frijoles Lima Maiz de elote Pan de trigo integral Jugo de naranja	10 Pollo estilo Italiano Espinacas Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano	11 Carne de res Borgoña y fideos de huevo Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
14 Lasaña con aliño de carne Ejotes Italianos Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	15 Pescado empanizado en arroz café Vegetales mixtos Brocoli Pan de trigo integral Platano	16 Pollo asado Fideos de macarron Espinacas Pan de trigo integral Jugo de naranja	17 Pan de carne con aliño Puré de camote Vegetales mixtos California Pan de trigo integral Platano	18 Pollo Chimichurri con arroz y brocoli Vegetales mixtos 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
21 Tiras de pollo carí en arroz café Vegetales mixtos/Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Puré de manzana	22 Carne de pavo rostizada en arroz café Zanahorias Brocoli Pan de trigo integral Platano	23 Pan de carne estilo Mexicano Pápas rayadas Calabasas Zuchini Pan de trigo integral Jugo de naranja	24 Pollo estilo Santa Fe en arroz café Frijoles refritos Maiz de campo Pan de trigo integral Platano	25 Carne de res en salsa de tomatillo en arroz Vegetales mixtos Frijoles pintos Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
28 Pollo Parmesano Ejotes Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	29 Frijoles picantes vegetarianos con queso Zanahorias Maiz de elote Pan de trigo integral Platano	30 Enchilada de res y queso Maiz de elote Mexicano Vegetales mixtos California Jugo de naranja	31 Pollo estilo Primavera en fideos Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Platano	HORAS DE ENTREGAS Norte del Condado 10:00 am-2:00 pm Sur del Condado 10:30 am-2:30 pm	