














Santa Cruz		Live Oak				Ben Lomond		Watsonville		Please call the dining site of your choice to make reservations the day before you plan to attend.
London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12 pm		Live Oak Senior Center 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm				Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12:00 pm		Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 768-3279 11:30 AM		
MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		Contributions of \$3.50 are suggested and appreciated!
		 * Represents Vegetarian  * Represents High Sodium						1 New England Clam Chowder Oyster Crackers/ Roll w/ Butter Cucumber Slices Romaine Salad w/ Garbanzo Beans Fruit Crisp		
4 Salisbury Steak w/ Low Sodium Gravy Mashed Potatoes Spinach Salad Whole Wheat Bread & Butter Banana		5 Happy Cinco de Mayo! Chicken Enchilada Casserole Zucchini Romaine Salad w/ Carrots Spanish Rice Sliced Pears		6 Pizza Three Bean Salad Caesar Salad w/ Hard Boiled Egg Apple 		7 Turkey Salad Sandwich Tomato Soup Green Salad Whole Wheat Bread Strawberries		8 Chicken Parmesan Italian Green Beans Spinach Salad Risotto Whole Wheat Bread & Butter Tangerine		MEALS SERVED MONDAY-FRIDAY @ ALL OPEN DINING CENTERS FOR ADULTS 60+
11 Meatloaf with Low Sodium Gravy Mashed Potatoes Green Salad w/ Red Peppers Whole Wheat Bread & Butter Graham Crackers Spiced Apples		12 Chicken Alfredo Casserole Broccoli Spinach Salad Whole Wheat Roll & Butter Banana		13 Navy Bean Soup Vegetable Pasta Salad Romaine Salad w/ Mandarins Whole Wheat Roll & Butter Banana 		14 Crab Salad Carrot Ginger Soup Romaine Salad Whole Wheat Roll Fruit Crisp		15 Stir Fry Chicken w/ LS Soy Sauce Sesame Green Beans Sesame Carrots & Snow Peas Brown Rice Pineapple Fortune Cookie		
18 *No 1/2 Pint Milk Served Rigatoni Casserole Green Salad w/ Hard Boiled Egg Three Bean Salad Whole Wheat Roll & Butter Orange Juice 		19 Meatball Soup Zucchini Romaine Salad w/ Carrots Whole Grain Cornbread & Butter Tangerine		20 Turkey Pot Roast w/ Gravy Peas and Carrots Romaine Salad w/ Beets Rice Pilaf Whole Wheat Roll & Butter Applesauce		21 Baked Fish w/ Tartar Sauce Baked Potato w/ Sour Cream Spinach Salad Whole Wheat Bread & Butter Orange Juice		22 Happy Memorial Day! Picnic Chicken Ranch Beans Corn on the Cob Whole Wheat Roll & Butter Strawberries		There is no obligation to contribute, contribution is voluntary, and no one will be denied participation if they are unable to contribute.
25 CLOSED Happy Holiday All Centers Will Be Closed		26 Salmon Patty w/ Tzatziki Sauce Cauliflower Spinach Salad w/ Carrots Pesto Noodles Whole Wheat Roll & Butter Pears		27 Vegetable Frittata Roasted Potatoes Green Salad w/ Kidney Beans Whole Bread & Butter Banana 		28 Beef & Broccoli Stir Fry Napa Cabbage Salad w/ Sesame Dressing Brown Rice Gelatin w/ Fruit		29 Cheese Crepe Lentil Salad Green Salad Whole Wheat Roll & Butter Mandarin Birthday Cake 		
										Transportation may be available.

MAYO 2026 | 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. 768-3279 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.			
		 *Representa Vegetariano  *Representa Alto in Sodio						1 Sopa de Almejas de Nueva Inglaterra Galletas de Ostras Rebanadas de Pepino Ensalada Romana c/ Garbanzos Panecillo Integral & Mantequilla Crujiente de Fruta				LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+	
4 Carne de Res c/ Salsa Bajo en Sodio Puré de Papa Ensalada de Espinacas Pan Integral & Mantequilla Platano		5 ¡Feliz Cinco De Mayo! Cacerola de Enchiladas de Pollo Calabaza Ensalada Romana c/ Zanahorias Arroz Español Peras		6 Pizza Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Cesar c/ Huevo Cocido Manzana 		7 Sandwich de Ensalada de Pavo Sopa de Tomate Ensalada Verde Pan Integral Fresas		8 Pollo Parmesano Ejotes Estilo Italiano Ensalada de Espinacas Risotto Pan Integral & Mantequilla Mandarina					
11 Pastel de Carne c/ Salsa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada Verde c/ Pimientos Rojos Pan Integral & Mantequilla Galletas de Graham/Manzana Especiada		12 Cacerola de Pollo Alfredo Brócoli Ensalada de Espinacas Panecillo Integral & Mantequilla Platano		13 Sopa de Frijoles Blancos Ensalada de Pasta y Verduras Ensalada Romana c/ Mandarinas Panecillo Integral & Mantequilla Platano 		14 Ensalada de Cangrejo Sopa de Zanahoria y Jengibre Ensalada Romana Panecillo Integral Crujiente de Fruta		15 Pollo Refrito c/ Salsa de Soya Baja en Sodio Ejotes c/ Sésamo Zanahorias y Chicharos c/ Sésamo Arroz Integral Trozos de Piña/Galletas de la Fortuna					
18 Cacerola de Fideos Ensalada Verde c/ Huevo Cocido Ensalada de Tres Frijoles Panecillo Integral & Mantequilla Jugo de Naranja *No 1/2 Pinta de Leche Servida 		19 Sopa de Albondigas Calabaza Ensalada Romana c/ Zanahorias Pan de Elote y Mantequilla Mandarina		20 Asado de Pavo con Salsa Chicharos y Zanahorias Ensalada Romana c/ Betabel Pilaf de Arroz Integral Panecillo Integral & Mantequilla Puré de Manzana		21 Pescado al Horno c/ Salsa de Tartar Papa Horneada c/ Crema Agria Ensalada de Espinacas Pan Integral & Mantequilla Jugo de Naranja		22 ¡Feliz Día de Conmemorativo! Pollo de Campo Frijoles Rancheros Maíz en Elote Panecillo Integral & Mantequilla Fresas		No hay obligacion de contribuir, contribuciones son de voluntad y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir.			
25 CERRADO Feliz Fiestas Todos Los Centros Estarán Cerrados		26 Croqueta de Salmon c/ Tzatziki Coliflor Ensalada Espinacas c/ Zanahoria Fideos al Pesto Panecillo Integral/ Peras		27 Fritata de Verduras Papas Asadas Ensalada Verde c/ Frijoles Rojos Pan Integral & Mantequilla Platano 		28 Carne de Res y Brócoli Refrito Ensalada de Repollo Napa c/ Aderezo de Sésamo Arroz Integral Gelatina c/ Fruta		29 Crepa de Queso Ensalada de Lentejas Ensalada Verde Panecillo Integral & Mantequilla Mandarina/ Pastel de Cumpleaños 		Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1% Transporte puede estar disponible.			