

Santa Cruz London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12 pm		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 12:00 pm		Watsonville Watsonville Senior Center 114 E. Fifth St. 768-3279 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!	
3 Savory Casserole Broccoli Mixed Green Salad Whole Wheat Roll & Butter Applesauce		4 Turkey Mole Garden Blend Vegetables Romaine Salad Spanish Rice/Corn Tortilla Citrus Fruit Salad		5 Egg Salad w/ Lettuce Vegetable Barley Soup Mixed Green Salad Whole Wheat Bread Strawberries		6 Chicken Parmesan w/ Risotto California Mixed Vegetables Green Salad Whole Wheat Roll & Butter Orange		7 Three Bean Minestrone Tabouli Salad Green Salad w/ Hard Boiled Egg Whole Wheat Roll & Butter Cantaloupe			
10 Crab Cakes w/ Lemon Wedge California Mixed Vegetables Spinach Salad Pesto Noodles Plum		11 Quiche Roast Potatoes Romaine Salad w/ Kidney Beans Oat Raisin Muffin w/ Butter Banana		12 Turkey Tetrazzini Broccoli Red Cabbage Salad Whole Wheat Roll & Butter Peaches		13 Shephard's Pie w/ Mashed Potatoes & Vegetables Green Salad w/ Croutons Whole Wheat Roll & Butter Orange Juice		14 Chicken Enchilada Casserole Summer Squash Fiesta Cabbage Salad Spanish Rice Apple		MEALS SERVED MONDAY-FRIDAY @ ALL OPEN DINING CENTERS FOR ADULTS 60+	
17 BBQ Pork w/ LS BBQ Sauce Mashed Potatoes Coleslaw Whole Wheat Bread & Butter Spiced Apple Slices		18 Turkey Grape Salad Carrot Ginger Soup Romaine Salad Whole Wheat Bread Whole Wheat Crackers Strawberries		19 *No 1/2 Pint Milk Served Macaroni & Cheese Three Bean Salad Green Salad w/ Broccoli Whole Wheat Roll & Butter Orange Juice		20 Stir Fry Chicken w/ LS Soy Sauce Stir Fry Vegetable Blend Sesame Carrots Brown Rice Pineapple Fortune Cookie		21 Southwest Shrimp Pasta Salad Mexican Black Bean Vegetable Soup Fiesta Cabbage Salad Whole Wheat Roll & Butter Banana			
24 Salisbury Steak w/ LS Gravy Mashed Potatoes Romaine Salad w/ Red Peppers Whole Wheat Bread & Butter Graham Crackers Spiced Apples		25 Chicken Caesar Salad Lentil Soup Romaine Salad w/ Carrots Whole Wheat Roll & Butter Strawberries		26 Baked Fish w/ Lemon Wedge Sweet Potato Coleslaw w/ Carrots Whole Wheat Bread & Butter Banana		27 Hearty Lima Bean Chowder Couscous Vegetable Salad Spinach Salad Whole Wheat Roll & Butter Peaches		28 Beef Fajitas Refried Beans Romaine Salad Spanish Rice/ Tortilla Plum Birthday Cake		There is no obligation to contribute, contributon is voluntary, and no one will be denied participation if they are unable to contribute.	
31 Spaghetti & Meatballs Cauliflower Spinach Salad Whole Wheat Roll & Butter Apple				 * Represents Vegetarian		 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY		 LIFT LINE COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		Each meal is served with a 1/2 pint of 1% milk.	
										Transportation may be available.	

AGOSTO 2026 | Centros Comedores

<u>Santa Cruz</u> London Nelson Center 301 Center Street 427-0901 12pm		<u>Live Oak</u> Live Oak Senior Center 1777 Capitola Rd. 475-7177 12-1pm		 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		<u>Ben Lomond</u> Highlands Park Sr. Center 8500 Hwy 9 336-5366 12pm		<u>Watsonville</u> 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.	
3 Cacerola de Fideos y Carne Brócoli Ensalada Mixta Panecillo Integral & Mantequilla Puré de Manzana		4 Mole de Pavo Verduras Mixtas de Jardín Ensalada Romana Arroz Español Tortilla de Maíz Ensalada de Fruta Citrica		5 Ensalada de Huevos c/ Lechuga Sopa de Verduras y Cebada Ensalada Verde Pan Integral Fresas		6 Pollo Parmesano Verduras Mixtas de California Ensalada Verde Risotto Panecillo Integral & Mantequilla Naranja		7 Minestrone de Tres Frijoles Ensalada de Tabulé Ensalada Verde c/ Huevo Cocido Panecillo Integral & Mantequilla Melón			
10 Croqueta de Cangrejo c/ Limon Verduras Mixtas de California Ensalada de Espinacas Fideos al Pesto Ciruela		11 Quiche Papas Asadas Ensalada Romana y Frijoles Rojos Muffin de Salvado y Avena y Pasas Platano		12 Tetrazzini de Pavo Brócoli Ensalada de Repollo Rojo Panecillo Integral & Mantequilla Durazno		13 Pastel de Shepherd c/ Puré de Papa y Verduras Ensalada Verde c/ Picatostes Panecillo Integral & Mantequilla Jugo de Naranja		14 Cacerola de Enchiladas de Pollo Calabaza de Verano Ensalada de Repollo Fiesta Arroz Español Manzana		LAS COMIDAS SON SERVIDAS DE LUNES A VIERNES EN LOS CENTROS ABIERTOS PARA ADULTOS 60+	
17 Carne de Puerco c/ Salsa de Babacoa Baja en Sodio Puré de Papa Ensalada de Repollo Pan Integral y Mantequilla Manzana Especiada		18 Ensalada de Pavo y Uvas Sopa de Zanahoria y Jengibre Ensalada Romana Pan Integral Galletas Integrales Fresas		19 Macarrones con Queso Ensalada de Tres Frijoles Ensalada Verde c/ Brócoli Panecillo Integral & Mantequilla Jugo de Naranja *No 1/2 Pinta de Leche Servida		20 Pollo Frito c/ Salsa de Soya Baja en Sodio Verduras en Sarten Zanahorias c/ Sésamo Arroz Integral/Galletas de la Fortuna Trozos de Piña		21 Ensalada de Pasta con Camaron Sopa de Verduras y Frijoles Negros Ensalada de Repollo Fiesta Panecillo Integral & Mantequilla Platano			
24 Carne de Res c/ Salsa Bajo en Sodio Puré de Papa Ensalada Romana c/ Pimiento Rojo Pan Integral & Mantequilla Galletas de Graham Manzana		25 Ensalada Cesar de Pollo Sopa de Lentejas Ensalada Romana c/ Zanahoria Panecillo & Mantequilla Fresas		26 Pescado al Horno c/ Cuña de Limón Camote Ensalada de Repollo y Zanahorias Pan Integral & Mantequilla Platano		27 Sopa de Habas Ensalada de Verduras y Couscous Ensalada de Espinacas Panecillo Integral & Mantequilla Duraznos		28 Fajitas de Carne de Res Frijoles Refritos Ensalada Romana Arroz Español/Tortilla de Maíz Ciruela Pastel de Cumpleaños		No hay obligacion de contribuir, contribuciones son de voluntad y a nadie se le negara participacion si no puede contribuir.	
31 Espaguetis con Albondigas Coliflor Ensalada de Espinacas Panecillo & Mantequilla Manzana				 *Representa Vegetariano		 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY		 LIFT LINE COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD		Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1%	
										Transporte puede estar disponible.	