

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD FOR QUESTIONS ABOUT MEALS DELIVERY, 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	DELIVERY TIMES		1	2	
	North County 10:00 am - 2:00 pm		Chicken Fettuccini Carrots Peas Whole wheat bread Orange/pineapple juice	Turkey in Mole sauce over rice Mexi-Corn /Cauliflower 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Banana	
	South County 10:30 am - 2:30 pm				
5 Turkey Noodle casserole Broccoli Mixed vegetables Whole wheat bread Banana	6 Teriyaki meatballs over brown rice Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	7 Pescado a la Mexicana over rice Zucchini / Corn 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Orange juice	8 Chicken Cacciatore and rotini Spinach Mixed vegetables Whole wheat bread Banana	9 Glazed Turkey ham Sweet potatoes French cut green beans Whole wheat bread Applesauce Banana	
12 Vegetarian Beef Stroganoff Egg Noodles Carrots / Peas Whole wheat bread Applesauce Banana	13 Breaded Fish over brown rice Broccoli Mixed vegetables Whole wheat bread Applesauce	14 Chicken Fajitas Brown rice Mexi-Corn Whole wheat bread Banana	15 Meatloaf with gravy Mashed potatoes Calif. Blend vegetables 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Banana	16 Chili with brown rice Corn & Carrots Peas Whole wheat bread Orange juice	
19 Curry chicken over rice Mixed vegetables Cauliflower Whole wheat bread 1 Pkg. Graham Crackers Orange juice	20 Tuna Noodle casserole Spinach Stewed tomatoes 1 Pkg. Graham Crackers Applesauce Banana	21 Beef Steak & onion gravy Mashed potatoes Green beans Whole wheat bread Banana Applesauce	22 Santa Fe Chicken over brown rice Refried beans Chuckwagon blend Whole wheat bread Banana	23 BBQ Pork riblet Baked beans Spinach Whole wheat bread Orange/pineapple juice	
26 Chicken Parmesan Green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	27 Vegetarian Chili with cheese Corn Carrots Whole wheat bread Banana	28 BBQ Chicken w/ rice Mashed potatoes Spinach Whole wheat bread Banana	29 Chicken Primavera Green Beans Carrots Whole wheat bread Banana	30 Shredded Pork & salsa with rice Black beans Carrots 1 Pkg. Graham Crackers Orange/pineapple juice	

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	 Meals on Wheels FOR SANTA CRUZ COUNTY COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD  SI TIENE PREGUNTAS SOBRE SU ENTREGA, INCLUSO CANCELACIONES 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 caja de 7 comidas 6 Cada comida se sirve con 1/2 pinta de leche de 1% Si usted recibe una de comidas no se permiten sustituciones. 
 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD	HORAS DE ENTREGAS NORTE DEL CONDADO 10:00 am - 2:00 pm SUR DEL CONDADO 10:30 am - 2:30 pm	Feliz Halloween 	1 Pollo Fettuccini Zanahorias Chicharos Pan de trigo integral Jugo de naranja / piña	2 Mole de pavo en arroz Maiz de elote Mexicano Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Platano	
5 Caserola de pavo / fideos Brocoli Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano	6 Albondigas Teriyaki en arroz café Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Jugo de naranja / piña	7 Pescado a la Mexicana en arroz Zucchini / Maiz de elote 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja	8 Pollo estilo Italiano con fideos rotini Espinacas Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano	9 Jamon de pavo Camotes Ejotes corte Frances Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	
12 Estroganof vegetariano Fideos de huevo Zanahorias / Chicharos Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	13 Pescado empanizado con arroz café Vegetales mixtos Brocoli Pan de trigo integral Puré de manzana	14 Fajitas de pollo Arroz café Maiz de elote Mexicano Pan de trigo integral Platano	15 Pan de carne c/aliño Puré de camote Vegetales mixtos California 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Platano	16 Frijoles picantes en arroz café Maiz de elote /Zanahorias Chicharos Pan de trigo integral Jugo de naranja	
19 Tiras de pollo carí en arroz café Vegetales mixtos Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Jugo de naranja	20 Caserola de atun y fideos Espinacas Tomates herbidos 1 Pqt. Galletas Graham Puré de manzana Platano	21 Chuleta de res c/cebolla Puré de pápa Ejotes Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	22 Pollo Santa Fe en arroz café Frijoles refritos Elote de campo Pan de trigo integral Platano	23 Costillita asada de puerco Frijoles horneados Espinacas Pan de trigo integral Jugo de naranja / piña	
26 Pollo Parmesano Ejotes Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	27 Frijoles picantes vegetarianos c/queso Zanahorias Maiz de elote Pan de trigo integral Platano	28 Pollo asado en arroz Puré de pápa Espinacas Pan de trigo integral Platano	29 Pollo estilo Primavera en fideos rotini Ejotes Zanahorias Pan de trigo integral Platano	30 Carne de puerco desmenuzada en arroz Frijoles negros Zanahorias 1 Pqt. Galletas Graham Jugo de naranja / piña	