

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	DELIVERY QUESTIONS? PLEASE CALL 831 464-3180 EXT. 100 FOR QUESTIONS ABOUT YOUR MEALS DELIVERY, INCLUDING CANCELLATIONS.
 COMMUNITY BRIDGES PUENTES DE LA COMUNIDAD	1 Teriyaki meatballs over brown rice Carrots Green beans Whole wheat bread Orange/pineapple juice	2 Pescado a la Mexicana over rice Zucchini / Corn 1 Pkg Graham Crackers Whole wheat bread Orange juice	3 Chicken cacciatore and rotini Spinach Mixed vegetables Whole wheat bread Banana	4 Glazed Turkey ham Sweet potatoes French cut green beans Whole wheat bread Applesauce Banana	
7 No Regular Delivery Vegetarian Beef Stroganoff Egg Noodles Carrots/ Peas Whole wheat bread Applesauce Banana	8 Breaded Fish over brown rice Mixed vegetables Broccoli Whole wheat bread Applesauce	9 Chicken Fajitas Brown rice Mexi-Corn Whole wheat bread Banana	10 Meatloaf with gravy Mashed sweet potatoes California blend vegetables 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Banana	11 Chili with brown rice Corn Carrots Peas Whole wheat bread Orange juice	CONTRIBUTIONS: Please mail contributions to: Meals on Wheels Fiscal Office / A. R. 519 Main St. Watsonville, CA 95076
14 Curried Chicken strips over brown rice Mixed vegetables Cauliflower 1 Pkg. Graham Crackers WWBread /Orange juice	15 Tuna Noodle casserole Spinach Stewed tomatoes 1 Pkg. Graham Crackers Applesauce Banana	16 Beef Steak & onion gravy Mashed potatoes Green beans Whole wheat bread Applesauce Banana	17 Santa Fe Chicken over brown rice Refried beans Chuckwagon corn Whole wheat bread Banana	18 BBQ Pork riblet Baked beans Spinach Whole wheat bread Orange/pineapple juice	There is no obligation to contribute. No one will be denied meals if he or she is unable to make a contribution.
21 Chicken Parmesan Green beans Corn Whole wheat bread Applesauce	22 Vegetarian Chili with cheese Corn Carrots Whole wheat bread Banana	23 BBQ Chicken over rice Mashed potatoes Spinach Whole wheat bread Banana	24 Chicken Primavera over rotini Carrots Green beans Whole wheat bread Banana	25 Shred Pork & salsa w/rice Black beans Carrots 1 Pkg. Graham Crackers Orange /pineapple juice	BREAD AND MILK: Sliced bread is delivered: 5-meal package 4 slices 7-meal package 6 slices
28 Chicken enchilada Southwest Succotash Peas Red Peppers Whole wheat bread Applesauce	29 Tuna in Spanish sauce Spinach / Cali blend 1 Pkg. Graham Crackers Whole wheat bread Applesauce Banana	30 Sweet & Sour Chicken Brown rice Asian blend veggies Peas Whole wheat bread Banana		DELIVERY TIMES North County 10:00 am-2:00 pm South County 10:30 am-2:30 pm	 If you receive a week's supply of meals substitutions are not allowed.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	TIENE PREGUNTAS? FAVOR DE LLAMAR 831 464-3180 EXT. 100 SI TIENE PREGUNTAS DE SU ENTREGA, INCLUSO CANCELACIONES. 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 Albondigas Teriyaki en arroz café Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Jugo de naranja / piña	2 Pescado a la Mexicana en arroz Zucchini / Maiz de elote 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja	3 Pollo estilo Italiano con fideos rotini Espinacas Vegetales mixtos Pan de trigo integral Platano	4 Jamon de pavo Camotes Ejotes corte Frances Pan de trigo integral Puré de manzana	
7 No Entrega Regular Estroganof vegetariano Fideos de huevo Zanahorias / Chicharos Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	8 Pescado empanizado con arroz café Vegetales mixtos Brocoli Pan de trigo integral Puré de manzana	9 Fajitas de pollo Arroz café Maiz de elote Mexicano Pan de trigo integral Platano	10 Pan de carne c/aliño Puré de camote Vegetales mixtos California 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Platano	11 Frijoles picantes en arroz café Maiz de elote / Zanahorias Chicharos Pan de trigo integral Jugo de naranja	
14 Tiras de pollo carí en arroz café Vegetales mix / Coliflor 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Jugo de naranja	15 Caserola de atun y fideos Espinacas Tomates herbidos 1 Pqt. Galletas Graham Puré de manzana Platano	16 Chuleta de res c/cebolla Puré de papa Ejotes Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	17 Pollo Santa Fe en arroz café Frijoles refritos Elote de campo Pan de trigo integral Platano	18 Costillita asada de puerco Frijoles horneados Espinacas Pan de trigo integral Jugo de naranja/piña	
21 Pollo Parmesano Ejotes Maiz de elote Pan de trigo integral Puré de manzana	22 Frijoles picantes vegetarianos c/queso Zanahorias Maiz de elote Pan de trigo integral Platano	23 Pollo asado en arroz Puré de papa Espinacas Pan de trigo integral Platano	24 Pollo estilo Primavera en fideos Zanahorias Ejotes Pan de trigo integral Platano	25 Carne de puerco desmenuzada en arroz Frijoles negros Zanahorias 1 Pqt. Galletas Graham Jugo de naranja/piña	
28 Enchilada de pollo Calabasa Suroeste Chicharos Chile rojo Pan de trigo integral Puré de manzana	29 Atun en salsa Española Espinacas / Mixto Cali 1 Pqt. Galletas Graham Pan de trigo integral Puré de manzana Platano	30 Pollo agridulce Arroz café Vegetales mix Asiaticos Chicharos 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	