




FEBRERO 2018

MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY		THURSDAY		FRIDAY	
Deming Senior Center 575-546-8823 1% Milk 8oz MENU SUJETO DE CAMBIARSE Leche es Servida Diariamente						1		2	
						Pollo Italiano Espagueti con Mantequilla Vegetales Italianos Ensalada Pan de Ajo Chabacanos		Albondigas Arroz Zanahorias y pimientos Pan de Ajo Yogurt de Fruta	
5		6		7		8		9	
Hamburguesa con Queso Lechuga y Tomate Cebolla y Pepinillos Papas Sorbete		Pollo Rostizado Pure de papas/jugo de carne Ejotes Verdes Panecito/Margarina Fruta Tropical		Pastel de Carne Papas Gratinadas Vegetales Mixtos Panecito/Margarina Mandarinas		Puntas de Carne de Rez Guisantes Ensalada de Tres Frijoles Panecillo de Trigo/Margarina Peras		Pizza con Sachichas Ensalada de Espinaca con Aderezon Vegetales Mixtos Piña en Trozos Galleta de mantequilla de mani	
12		13		14		15		16	
Chili de Carne Picante Pan de Maiz Ensalada de Tres Frijoles Duraznos y Fresas		Pollo Paprikash Papas con Especies Ejotes Verdes Pan de Trigo y Margarina Piña		Carne de Rez Puré de papas/ Jugo de la carne Mixed Vegetable Panecillo de Trigo/Margarina Peras 		Espagueti con Salsa Brocoli con queso Pan de Ajo Duraznos		Pescado estilo Nuevo Orleans Arroz Silvestre Coliflor y Zanahorias Bisquete/Margarina Yogurt Baja en Calorias	
19		20		21		22		23	
		Guisado de Puerco y Vegetales Arroz Blanco Broccoli Pan de Trigo y Margarina Piñas Tajadas		Pollo de Barbacoa Frijoles con Puerco Ensalada de Papas Bisquete/Manrgarina Pudín de Mantequilla		Filete de Salisbury Puré de papas/Jugo de carne Espinaca Panecito y Margarina Chabacanos		Macarrones Cocidos al horno y Queso Bolitas de Repollo Panecito / Margarina Pudín de Chocolate	
26		27		28					
Trozos de Pollo Papas Gratinadas Zanahorias pequeñas Pan Integral/Margarina Coctel de Frutas		Guisado de Chile Verde Frijoles Ensalada / Aderezo Tortilla de harina Pudín de Tapioca		Beefaroni Ejotes Ensalada Pan de Ajo Salsa de Manzana		Este plan de menu cumple con los estandares del Acta de Americanos mayores. Este plan de menu cumple con el nivel de calorías del almuerzo de 700. Este plan cumple con los requisitos de 1/3 DRI en proteínas, hierro, calcio, Viamina A, Vitamina C, Vitamina B-12, Fibra y Sodio.			