

Costo El almuerzo es gratuito para personas de 60 años o más. Se aceptan contribuciones voluntarias de \$4.00, pero no son obligatorias.

Reservaciones deben hacerse con dos días de anticipación llamando al (707) 684-4376, o visitando el sitio en persona. Tenga en cuenta que Florence Douglas, McBride y Fairfield cierran los viernes. Dixon abre únicamente los martes y jueves. El menú está sujeto a cambios sin previo aviso.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Especial de Halloween 2 ●Perro caliente con chili Queso y cebollas (L) Frijoles horneados Ensalada de papa (H) Puré de manzana con canela	Sándwich de ensalada de atún (P,H) 3 Lechuga tomate y cebolla Ensalada de col estilo Bayou Sopa de tomate y albahaca (S,L) Manzana fresca	Tinga de pollo 4 Arroz integral estilo español Frijoles pintos Ensalada de col con piña y zanahoria (H) Fruta tropical	Cerdo en salsa de jengibre y piña (SE,T) 5 Arroz integral Verduras salteadas (L,H,R,C,NA,S,M,SE) Pera fresca	Stroganoff de res (T,S,L,P) 6 Pasta rotini integral (T,S) Verduras a la italiana Sopa de cebolla francesa (T,S,L,P) Naranja fresca
Pollo Tikka Masala (S,L) Arroz integral Zanahorias Repollo Manzana fresca Pudín celestial de coco (L) 9	●Albóndigas suecas con pasta penne integral (S,T,L) 10 Verduras mixtas Ensalada de pepino marinada Crema de champiñones (L) Naranja fresca o mandarina	CERRADO 11	Atún al gratín con pasta integral (P,T,S,L) 12 Tomates guisados Verduras de invierno Sopa toscana de frijoles blancos Manzana fresca	Pavo asado en rebanadas con salsa gravy (L) 13 Puré de papas al ajo (L) Espinacas al ajo Cóctel de frutas
Curry de res estilo japonés(T,S,P) 16 Arroz integral Ejotes con pimientos rojos Crema de coliflor (L) Ensalada mixta con aderezo de ajonjolí (H,SE,S,T) Pera fresca	Pescado empanizado con papa (P,T) 17 Papas a la lionesa Verduras Key Largo Crema de brócoli (L,S,T) Naranja fresca	Especial 18 ●Pollo Cordon Bleu (L,S,T) Papas al gratín (T,S,L) Zanahorias Fruta tropical Leche Galleta con chispas de chocolate (H,T,L,S)	Pollo asado con salsa gravy (L) 19 Puré de papas al ajo (L) Ejotes Duraznos	Chili mac de pavo (L,T,S) 20 Zanahorias Chicharos Fruta tropical
Sándwich de cerdo estilo cubano (L,H,T,C,NA,S,M,SE) 23 Frijoles negros Ensalada de zanahoria y mandarina (L,H) Fruta cítrica	CERRADO 24	CERRADO 25	CERRADO 26	CERRADO 27
Especial de Acción de Gracias 30 Pavo asado en rebanadas con salsa gravy (L) Puré de papas al ajo (L) Ejotes Fruta mixta Pastel de calabaza (L,S,T)	Pescado empanizado con papa (P,T) 1 Salsa tártara (H) Arroz integral con hierbas Coles de Bruselas Ensalada mixta con aderezo Manzana Fresca	Credo al pastor 2 Salsa Ensalada de elote estilo callejero (L) Verduras fiesta Tortilla de trigo integral (T,S) Pera Fresca	Muslo de pollo en salsa de soya y jengibre 3 Arroz integral Chicharos Ensalada de col estilo asiático Pera Fresca	Chili de res con frijoles 4 Elote Verduras à la italiana Fruta tropical



Esta cocina prepara comidas que contienen nueces de árbol (NA), cacahuates (C), soya (S), sésamo (SE), huevos (H), leche (L), pescado (P), mariscos (M), trigo (T) y otros productos que contienen gluten. No podemos garantizar que los alimentos del menú estén libres de alérgenos.



Las comidas suelen contener 760 mg de sodio o menos. Cualquier comida que exceda los 1,000 mg estará identificada con un punto azul (•) para indicar un contenido elevado de sodio. Se recomienda consumir 2,300 mg de sodio o menos al día.



Todas las comidas se sirven con leche baja en grasa.



INNOVATIVE
HEALTH
SOLUTIONS