

MENÚ DE JULIO

Para reservaciones del día siguiente (el almuerzo se sirve a las 11:30 am), llame al **480-962-5612 (Mesa Downtown)** o al **480-218-2221 (Red Mt)**. La contribución sugerida para participantes de 60 años o más es de **\$4.00**.

LUNES

Los artículos con ** contienen cerdo o productos de cerdo.

Los artículos del menú están sujetos a cambios según disponibilidad.

MARTES



MIÉRCOLES

1

Ensalada fría de atún con ensalada de tres frijoles y betabel, un panecillo integral, galletas fig newtons y un plátano.

JUEVES

2

Carne asada (pot roast) con salsa gravy, mezcla de verduras a la parrilla, papas y zanahorias, pilaf de arroz integral y mandarinas.

VIERNES

3

CERRADO POR EL DÍA DE LA INDEPENDENCIA



6

Arroz frito con cerdo** y mezcla de verduras asiáticas, espárragos al vapor y una naranja.

7

Albóndigas suecas sobre pasta integral, con papa dulce, ejotes y duraznos en rebanadas.

8

Camarones scampi sobre pasta integral con verduras estilo Normandía, elote y uvas.

9

Sándwich de pollo con lechuga y tomate en pan integral, verduras mixtas y un plátano.

10

Chuleta de cerdo** con salsa gravy, papas rojas asadas, brócoli al vapor, un bisquet integral, puré de manzana y galletas fig newtons.

13

Pollo con salsa de miel y ajo sobre arroz integral, mezcla de verduras asiáticas, edamame, mango en cubos y una galleta de la fortuna.

14

Ravioles de queso con calabacita de verano, verduras italianas, un panecillo integral y peras en rebanadas.

15

Pollo cordon bleu con pasta integral, mezcla de verduras de cinco tipos, ensalada y un plátano.

16

Carne asada (pot roast) con salsa gravy, brócoli al vapor, papas y zanahorias, un panecillo integral y postre crujiente de moras.

17

Curry de pollo con coco y papas sobre arroz integral, zanahoria en cubos y uvas.

20

Nachos de carne molida con queso, frijoles pintos, cebolla, tomate, calabacita, salsa y mango en cubos.

21

Ensalada fría de pasta con pollo, apio, pimienta morrón y cebolla, ensalada de tres frijoles y postre crujiente de durazno con granola.

22

Cerdo dulce** con lechuga picada, brócoli al vapor, tomate asado, arroz integral con cilantro y limón, y coctel de frutas.

23

Pizza de queso en pan plano, ensalada, chicharos y zanahoria, crutones y un plátano.

24

Sándwich abierto de carne asada (roast beef) en pan integral con puré de papa y salsa gravy, ejotes, puré de manzana y galletas Graham.

27

Pollo a la parmesana sobre pasta integral con salsa marinara, calabacita amarilla, mezcla de verduras estilo California y piña.

28

Torta de albóndigas de cerdo** en pan integral con lechuga y queso, ejotes enteros y duraznos picados.

29

Camarón empanizado sobre pilaf de arroz integral, elote estilo chuck wagon, coles de Bruselas y una pera entera.

30

Pastel de carne (meatloaf) con salsa gravy, puré de papa, brócoli, un panecillo integral, una galleta Graham y puré de manzana.

31

Ensalada fría de pollo con fresa sobre una cama de verduras, pepino y cebolla morada, ensalada de tres frijoles, un panecillo integral, mango en cubos y galletas fig newtons.