MENÚ DE DICIEMBRE

Para reservaciones del día siguiente (el almuerzo se sirve a las 11:30 a.m.), 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	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Los artículos con ** contienen cerdo o productos de cerdo. Los artículos del menú están sujetos a cambios según disponibilidad.	**1** Asado de res con papas, zanahorias, apio y salsa, una porción de brócoli, un panecillo integral de cena y un plátano.	**2** Tacos de pollo en tortilla de trigo integral con maíz asado, frijoles refritos y mandarinas.	**3** Espagueti con albóndigas, ejotes a la italiana, una ensalada, un palito de pan integral y un crujiente de manzana con avena.	**4** Lomo de cerdo** con salsa, papas en gajos, ensalada de col, un biscuit integral y bayas mixtas.
7 Sopa cremosa de almejas con papas y maíz, coles de Bruselas, brócoli asado, un panecillo integral de cena y rodajas de chabacano.	**8** Lasaña vegetariana con papas asadas en cubos, espinacas, un biscuit integral y una manzana.	**9** Pavo asado con salsa, puré de papas, coliflor, un panecillo integral de cena, ensalada de frutas mixtas y galletas de higo.	**10** Chili con carne, calabaza amarilla salteada, ensalada verde, pan de maíz y bayas mixtas.	**11** Albóndigas suecas de cerdo** sobre fideos de huevo con mantequilla, ejotes, un panecillo integral de cena y duraznos.
14 Bistec Salisbury con salsa, papas asadas en cubos, espinacas, un biscuit integral y una manzana.	**15** Pollo a la parmesana con papas rojas asadas, chícharos, un panecillo integral de cena y duraznos en cubos.	**16** Ravioles de queso con salsa marinara, una porción de verduras a la italiana, un palito de pan integral y mango en cubos.	**17** Hamburguesa con queso en pan integral, tater tots, frijoles horneados y cóctel de frutas.	**18** Rosbif de punta de res con salsa, papa al horno, coliflor, un panecillo integral, un crujiente de manzana y pastel. **ÚNASE A NOSOTROS PARA EL ALMUERZO ESPECIAL**
21 Sándwich Philly de bistec con queso, pimientos y cebollas en un panecillo integral, con tater tots, succotash y duraznos en cubos.	**22** Pay de pollo con un biscuit, zanahorias al vapor, verduras mixtas 5-way, una pera entera y galletas graham.	**23** Wrap de tocino, lechuga, jitomate y jamón en tortilla de trigo integral, con ensalada de col y bayas mixtas.	**24** Camarones Alfredo sobre linguini integral, con coliflor, calabacitas y cóctel de frutas.	**25** **CERRADO POR LA FESTIVIDAD DE NAVIDAD**
28 Pollo asado con salsa sobre pasta integral, con calabaza amarilla, mezcla de verduras estilo California y piña.	**29** Sándwich submarino de albóndigas de cerdo** con queso en un panecillo integral, con ensalada de zanahoria y pasas, ejotes y duraznos.	**30** Camarones empanizados con salsa coctel, pilaf de arroz integral, maíz chuckwagon, coles de Bruselas y peras.	**31** Carne de res en salmuera con repollo, papas rojas, pan de centeno, bayas mixtas y pastel. **RED MOUNTAIN SENIOR CENTER CERRADO POR LA NOCHEVIEJA**	**1** **CERRADO POR EL DÍA DE AÑO NUEVO**

Aster Aging, Inc. recibe financiamiento en parte de la Agencia del Área para el Envejecimiento, Región Uno.