MENÚ DE NOVIEMBRE

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.
Los platillos marcados con ** contienen cerdo o productos de cerdo. El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 Bistec Salisbury con salsa de carne, cubos de papas asadas, espinacas, un bizcocho de trigo integral y una manzana.	**3** Pollo a la parmesana con papas rojas asadas, chícharos verdes, un panecillo de trigo integral y duraznos en cubos.	**4** Ravioli de queso con salsa marinara, una guarnición de verduras estilo italiano, un palito de pan de trigo integral y mango en cubos.	**5** Hamburguesa con queso en pan de trigo integral, tater tots, frijoles horneados y cóctel de frutas.	**6** Camarones scampi sobre una cama de linguine de trigo integral, con guarniciones de espárragos y coliflor, y un plátano.
9 Lasaña de res con verduras mixtas 4 variedades, calabacita, palitos de pan de trigo integral y frutos rojos mixtos.	**10** Sándwich de cerdo BBQ ** en pan de trigo integral con frijoles horneados, calabaza amarilla y uvas.	**11** Tacos de res en tortilla de trigo integral con frijoles pintos, calabacita salteada y fresas con crema.	**12** Pollo con miel y ajo con verduras mixtas estilo asiático, edamame, arroz integral y fruta tropical.	**13** Filete de bacalao con coles de Bruselas, elote, arroz integral y rebanadas de chabacano.
16 Pollo relleno de brócoli y queso, con coliflor, zanahorias baby, un panecillo de trigo integral, una pera y barras de higo.	**17** Bistec Salisbury con salsa de carne, cubos de papas asadas, espinacas, un bizcocho de trigo integral y una manzana.	**18** Sándwich tipo hoagie de jamón** y queso con lechuga, tomates y rebanadas de cebolla en un panecillo de trigo integral, una ensalada picada de verduras como guarnición y una naranja.	**19** Sándwich de ensalada de atún en pan de trigo integral con zanahorias baby, una ensalada de 3 frijoles y naranjas mandarina.	**20** Pavo con salsa de carne, relleno de pan de trigo integral, puré de papas, zanahorias, frutos rojos mixtos y pastel de calabaza. **ALMUERZO DE ACCIÓN DE GRACIAS**
23 Pastel de carne con salsa de carne, puré de papas, ejotes, un panecillo de trigo integral, fruta tropical mixta y galletas graham.	**24** Sándwich de pollo crujiente en pan de trigo integral con papas gajo, elote y ensalada de frutas.	**25** Fettuccine Alfredo con camarones sobre una cama de linguine de trigo integral, con espárragos, coliflor y rebanadas de durazno.	**26** **CERRADO POR EL DÍA FESTIVO DE ACCIÓN DE GRACIAS**	**27** **CERRADO POR EL DÍA FESTIVO DE ACCIÓN DE GRACIAS**
30 Pollo Kiev con verduras asadas, ejotes amarillos, arroz integral y una naranja.				Los platillos marcados con ** contienen cerdo o productos de cerdo. El menú está sujeto a cambios según la disponibilidad.

Aster Aging, Inc. es financiado en parte por la Agencia del Área sobre el Envejecimiento, Región Uno.