

	Tuesday Sep 1	Wednesday Sep 2	Thursday Sep 3	Friday Sep 4
	Enchilada de Res y Queso (362) Arroz a la Mexicana (150) Frijoles Refritos (140) Fruta Mixta (60) 712 calorías	Asado de Cerdo Envuelto en Tocino (550) Salsa de Champiñones y Cebolla (100) Ejotes (40) Puré de Papas (125) Puré de Manzana (55) 870 calorías	Sándwich de Res y Queso Suizo (250) Lechuga, Tomate y Cebolla (40) Papitas (150) Manzana (70) Vasito de Pudín (100) 610 calorías	Perro Caliente con Chili (540) Cebolla y Queso (50) Elote (80) Plátano (110) Vasito de Gelatina (90) 870 calorías
Monday Sep 7	Tuesday Sep 8	Wednesday Sep 9	Thursday Sep 10	Friday Sep 11
Cerrado	Tacos Suaves de Pollo (450) Arroz a la Mexicana (150) Frijoles Pintos (120) Peras (60) 780 calorías	Cuarto de Pollo BBQ (420) Uvas Verdes (50) Papas al Parmesano (275) Ensalada de Col (130) Vasito de Helado (130) 1005 calorías	Pollo a la Parisina (150) Salsa Blanca (100) Puré de Papas (125) Ejotes (40) Trozos de Piña (60) Ensalada Watergate (167) 642 calorías	Hamburguesa con Queso (500) Papas Fritas (250) Gajos de Naranja (80) Nieve de Frutas (80) 910 calorías
Monday Sep 14	Tuesday Sep 15	Wednesday Sep 16	Thursday Sep 17	Friday Sep 18
Espagueti con Salsa de Carne (368) Ensalada César (200) Pan de Ajo (180) Duraznos (60) Raspado Italiano (60) 868 calorías	Enchilada de Queso (360) Arroz a la Mexicana (150) Frijoles Refritos (140) Trozos de Piña (60) 710 calorías	Sándwich de Jamón y Pavo (450) Lechuga, Tomate y Cebolla (40) Papitas (150) Manzana (70) Barra de Granola (100) 810 calorías	Chuletas de Lomo de Cerdo (550) Salsa de Champiñones (100) Mezcla de Calabacitas (75) Puré de Papas (125) Puré de Manzana (55) 905 calorías	Pescado con Papas Fritas (800) Chicharos y Zanahorias (50) Ensalada de Mandarina (100) 950 calorías
Monday Sep 21	Tuesday Sep 22	Wednesday Sep 23	Thursday Sep 24	Friday Sep 25
Pollo Alfredo (425) Ensalada (35) Aderezo para Ensalada (50) Manzana (70) Vasito de Pudín (100) 680 calorías	Tacos de Cerdo Desmenuzado (450) Arroz a la Mexicana (150) Frijoles Pintos (120) Cóctel de Frutas (60) 780 calorías	Cuarto de Pollo al Horno (420) Papas Rojas Asadas (150) Brócoli (40) Duraznos (60) Vasito de Gelatina (90) 760 calorías	Pastel de Carne (340) Salsa de Champiñones (100) Ejotes (40) Puré de Papas (125) Puré de Manzana (55) Vasito de Helado (130) 790 calorías	Po Boy de Pescado (600) Ensalada de Col con Limón (41) Papas Gajo (150) Trozos de Piña (60) Vasito de Pudín (100) 951 calorías
Monday Sep 28	Tuesday Sep 29	Wednesday Sep 30		
Guiso de Frijol Caupí con Salchicha Italiana y Bolas de Pan de Maíz (450) Espinaca Salteada (60) Fruta Mixta (60) Vasito de Helado (130) 700 calorías	Tacos de Res Crujientes (415) Lechuga, Tomate y Cebolla (40) Arroz a la Mexicana (150) Frijoles Refritos (140) Gajos de Naranja (80) 825 calorías	Lasaña de Res (250) Ensalada César Mixta (200) Pan de Ajo (180) Duraznos (60) Raspado Italiano (60) 750 calorías	Approved 8.28.26 <i>Carey Stites MS, RD, LD</i> Carey Stites CDR #933123 Exp 8.31.27 TDLR #DT06639 Exp 10.31.26	 Funded through the Texas Department of Aging and Disability Services Alamo Area Council of Governments