

		Wednesday July 1	Thursday July 2	Friday July 3
 AACOG Alamo Area Council of Governments	 Area Agency on Aging Funded through the Texas Department of Aging and Disability Services Alamo Area Council of Governments	Sándwich de Jamón y Pavo (450) Lechuga, Tomate y Cebolla Papitas (150) Manzana (70) Barra de Granola (100) 770 Calorías	 ¡FIESTA DE HOT DOGS!  Hot Dog 100% Carne de Res (1/4 lb) (460) ¡Con todos los ingredientes! Ensalada de Pasta con Elote Estilo Callejero (290) Plátano (90) Ensalada Watergate (160) 1.000 Calorías	 ¡Cerrado por el Día de la Independencia (4 de Julio)! 
Monday July 6	Tuesday July 7	Wednesday July 8	Thursday July 9	Friday July 10
Lasagna (250) Ensalada César Mixta (200) Pan de Ajo (175) Duraznos (60) Nieve Italiana (170) 855 Calorías	Pollo/Quesadilla de Queso (400) Elote (1/2 mazorca) (100) Frijoles Refritos (120) Plátano (90) 710 Calorías	Chow Mein de Pollo (440) Arroz al Vapor (125) Brócoli (40) Cóctel de Frutas (100) Galleta de la Fortuna (35) 740 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	Hot Dog (450) Papitas (150) Elote en Mazorca (80) Manzana (70) Vasito de Gelatina (90) 840 Calorías
Monday July 13	Tuesday July 14	Wednesday July 15	Thursday July 16	Friday July 17
Pasta Horneada con Salsa de Carne (350) Ensalada Verde (135) Aderezo para Ensalada (50) Manzana (70) Vasito de Pudín (100) 705 Calorías	Tacos de Cerdo Deshebrado (450) Arroz Español (150) Frijoles Pintos (120) Cóctel de Frutas (100) 820 Calorías	Cuarto de Pollo a la BBQ (420) Papas a la Sartén (275) Quimbombó Frito (110) Plátano (90) 895 Calorías	Pollo Parisienne (150) Salsa Blanca Cremosa (100) Puré de Papas (125) Ejotes (45) Duraznos (60) Ensalada Watergate (170) 650 Calorías	Hamburguesa con Queso (500) Papas Fritas (250) Gajos de Naranja (70) Sorbete (80) 900 Calorías
Monday July 20	Tuesday July 21	Wednesday July 22	Thursday July 23	Friday July 24
Espagueti con Salsa de Carne (370) Ensalada César (200) Pan de Ajo (175) Duraznos (60) Vasito de Gelatina (90) 895 Calorías	Enchilada de Res con Queso (370) Arroz Español (150) Frijoles Refritos (120) Trozos de Piña (80) 720 Calorías	Lomo de Cerdo Envuelto en Tocino (550) Salsa de Champiñones y Cebolla (100) Elote en Mazorca (80) Papas Rojas Asadas (125) Cóctel de Frutas (100)	Bistec de Hamburguesa (340) Salsa de Champiñones (100) Ejotes (45) Puré de Papas (125) Puré de Manzana (55) Vasito de Helado (110) 775 Calorías	Pescado con Papas Fritas (800) Chicharos y Zanahorias (50) Ensalada de Mandarina (100) 950 Calorías
Monday July 27	Tuesday July 28	Wednesday July 29	Thursday July 30	Friday July 31
Sopa Italiana de Frijoles de Ojo Negro con Salchicha y Bolitas de Pan de Maíz (450) Brócoli (40) Fruta Mixta (70) Vasito de Helado (110) 670 Calorías	Enchilada de Queso (360) Arroz Español (150) Frijoles Refritos (120) Trozos de Piña (80) 710 Calorías	Pastel de Carne Casero (350) Puré de Papas (125) Ejotes Sazonados (45) Cóctel de Frutas (100) 620 Calorías	Cuarto de Pollo al Horno (420) Papas Rojas Asadas (150) Brócoli (40) Duraznos (60) Vasito de Gelatina (90) 760 Calorías	Sándwich de Jamón y Queso Suizo (450) Lechuga, Tomate y Cebolla Papitas (150) Gajos de Naranja (70) Barra de Granola (100) 770 Calorías