

# MEALS ON WHEELS Menú No. 1 Enero 2023

Llamé a (509) 426-2601 de Lunes a Viernes el día antes que quiere comer para registrarse para la comida.  
 Registro de comida termina a las 3p.m. de Lunes a Viernes. La comida es servida de 11 a.m. 11:30 a.m.



Donación sugerida para personas registradas de 60 años y más \$2.50/comida; menor de 60 años \$8.50 costo/comida\*

Salas de Comer-Yakima: Harman Senior Center, The Salvation Army & Henry Beauchamp Community Center y Washington Fruit Community Center. Selah Civic Center, Union Gap Senior Center, Sunnyside Senior Center, Grandview Senior Center

Toda la comida es servida con mantequilla y leche de 1%; sustituciones al menú pueden ocurrir a veces \*Hable con el gerente para elegibilidad



PEOPLE FOR PEOPLE

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p><b>1/2</b></p> <p><b>CERRADO</b></p> 	<p><b>1/3</b></p> <p>Albondigas Agridulces                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Arroz Integral, Fruta</p>	<p><b>1/4</b></p> <p>Caserola Ziti al Sur o Este                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/5</b></p> <p>Barbacoa de Puerco                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/6</b></p> <p>Pollo A la King                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Panecillo, Fruta</p>
<p><b>1/9</b></p> <p>Tortellini de Queso y                      Jitomate                      Vegetales                      Ensalada de Zanahoria y                      Pasas                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/10</b></p> <p>Pastel de Carne de Res                      Pure de Papa                      Ensalada Salteada                      Panecillo                      Fruta</p>	<p><b>1/11</b></p> <p>Linguine con Pollo y                      Champinones                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/12</b></p> <p>Cerdo al Sabor Naranja                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Arroz Integral                      Fruta</p>	<p><b>1/13</b></p> <p>Hamburguesa Suiza en                      Jitomate                      Pure de Papa con Salsa                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>
<p><b>1/16</b></p> <p><b>CERRADO</b></p> 	<p><b>1/17</b></p> <p>Albondigas Suizas                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo                      Fruta</p>	<p><b>1/18</b></p> <p>Pastel de Pollo                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Panecillo                      Fruta</p>	<p><b>1/19</b></p> <p>Sopa de Jamón y Frijol                      Sandwich de Queso                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Fruta</p>	<p><b>1/20</b></p> <p>Macaroni de                      Hamburguesa con Queso                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta0</p>
<p><b>1/23</b></p> <p>Chili de Tres Frijoles                      Ensalada de Repollo                      Pan de Elote                      Fruta</p>	<p><b>1/24</b></p> <p>Papas Horneadas                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo                      Fruta</p>	<p><b>1/25</b></p> <p>Espagueti con Salsa de                      Carne                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/26</b></p> <p>Sopa de Chicharo                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>	<p><b>1/27</b></p> <p>Caserola de Pollo A La                      Parmesana                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo, Fruta</p>
<p><b>1/30</b></p> <p>Caserola de Lasagna de                      Res                      Vegetales                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo                      Fruta</p>	<p><b>1/31</b></p> <p>Pollo y Estofado                      Verdura                      Ensalada Salteada                      Pan de Trigo                      Fruta</p>			

# MEALS ON WHEELS Menú No. 2 Enero 2023

Llamé a (509) 426-2601 de Lunes a Viernes el día antes que quiere comer para registrarse para la comida.

Registro de comida termina a las 3p.m. de Lunes a Viernes. La comida es servida de 11 a.m. 11:30 a.m.

Donación sugerida para personas registradas de 60 años y más \$2.50/comida; menor de 60 años \$8.50 costo/comida\*

Salas de Comer-Yakima: Harman Senior Center, The Salvation Army & Henry Beauchamp Community Center y Washington Fruit Community Center. Selah Civic Center, Union Gap Senior Center, Sunnyside Senior Center, Grandview Senior Center

Toda la comida es servida con mantequilla y leche de 1%; sustituciones al menú pueden ocurrir a veces \*Hable con el gerente para elegibilidad



PEOPLE FOR PEOPLE

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<p style="text-align: right;"><b>1/2</b></p> <p><b>CERRADO</b></p> 	<p style="text-align: right;"><b>1/3</b></p> <p>Tamales de Res Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/4</b></p> <p>Pollo con Papas en Salsa Roja Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/5</b></p> <p>Caldo de Res Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/6</b></p> <p>Caldo de Albondigas Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>
<p style="text-align: right;"><b>1/9</b></p> <p>Menudo de Cerdo Repollo y Limon Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/10</b></p> <p>Fajitas de Pollo Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/11</b></p> <p>Caserola de Enchilada de Frijol Negro Vegetales Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/12</b></p> <p>Carne de Res en Salsa de Tomatillo Vegetales Ensalada Salteada Arroz Integral Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/13</b></p> <p>Tacos de Res Ensalada Salteada Fruta</p>
<p style="text-align: right;"><b>1/16</b></p> <p><b>CERRADO</b></p> 	<p style="text-align: right;"><b>1/17</b></p> <p>Tacos de Pollo Ensalada Salteada Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/18</b></p> <p>Barbacoa de Res Vegetales Ensalada Salteada Arroz Integral Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/19</b></p> <p>Burrito de Frijol y Queso Vegetales Ensalada Salteada Arroz Integral Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/20</b></p> <p>Tamales de Pollo Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>
<p style="text-align: right;"><b>1/23</b></p> <p>Fajitas de Res Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/24</b></p> <p>Lasagna de Pollo A la Mexicana Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/25</b></p> <p>Sopa de Enchilada de Pollo Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/26</b></p> <p>Picadillo de Verdura y Res Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/27</b></p> <p>Tamales de Cerdo Vegetales Ensalada Salteada Fruta</p>
<p style="text-align: right;"><b>1/30</b></p> <p>Pozole de Pollo Repollo y Limon Tortilla Fruta</p>	<p style="text-align: right;"><b>1/31</b></p> <p>Chile Relleno Vegetales Ensalada Salteada Tortilla Fruta</p>			