

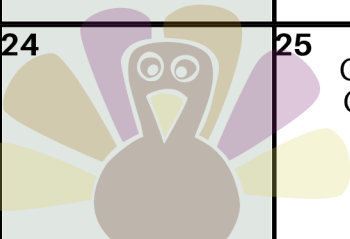






Noviembre 2024

Longmont Meals on Wheels
303-772-0540
www.longmontmeals.org

DOMINGO	LUNES	TARDES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	<p>El menú está sujeto a cambios. El almuerzo en el Park View Café es un servicio de Longmont Meals on Wheels. lunes a viernes 11:30 -12:00</p> <p> = alto en carbohidratos  = alto en sodio</p>				1 Arroz con Pavo y/o ensalada	2
3	4 Pollo Con Champiñones, Cebolla y Queso	5 Rollitos de Repollo Rellenos de Carne Día del Donut	6 Manicotti y/o ensalada	7 Albóndigas Suecas y/o ensalada	8 Cazuela de Burrito de Frijoles y/o ensalada	9
10	11 CERRADO	12 Bacalao Empanzado	13 Pastel de Carne y/o ensalada	14 Pasta en Salsa Alfredo con Verduras y/o ensalada	15 Pollo Tex-Mex y Calabacín y/o ensalada	16
17	18 Macarrones con Queso y/o ensalada	19 Puerco con Salsa Barbacoa	20 Salchicha Italiana con Cebolla y Pimientos y/o ensalada	21 Pollo al Pesto y/o ensalada Día de las Galletas de Jengibre	22 Pimientos Rellenos y/o ensalada	23
24 	25 Carne a la Cacerola	26 Fajitas de Pollo 	27 Cena de Pavo no ensalada  	28 CERRADO Feliz Dia de Acción de Gracias	29 CERRADO	30 

Los siguientes alérgenos alimentarios principales se utilizan como ingredientes: leche, huevo, pescado, crustáceos, nueces de árbol, maní, trigo, soja y sésamo. Notifique al personal para obtener más información sobre estos ingredientes.