



Marzo 2023



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

DOMINGO	LUNES	MARTES	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 Albóndigas de Salsa BBQ y/o ensalada	2 Cerdo con Salsa de Champiñones y/o ensalada	3 Cazuela de Papas y Verduras y/o ensalada	4
5	6 Carne con Salsa Gravy	7 Manicotti 	8 Cerdo Agridulce y/o ensalada	9 Sándwich de Carne Molida y/o ensalada	10 Tarta de Huevo y Verduras y/o ensalada	11
12 <i>Comienza el Horario de Verano</i>	13 Jueves, Papas y Salchichas	14 Carne Asada	15 Pollo Asado con Salsa Barbacoa y/o ensalada	16 Sopa Húngara con Carne y/o ensalada	17 Carne en Lata y Col y/o ensalada 	18
19	20 Tarta de Carne y Verduras	21 Pollo Teriyaki	22 Pastel de Carne y/o ensalada 	23 Pasta en Salsa Mantequilla con Pavo y/o ensalada	24 Enchiladas de Queso y/o ensalada	25
26	27 Frituras de Pollo	28 Perro Caliente	29 Pollo con Jamón y Queso y/o ensalada	30 Bacalao Empanzado y/o ensalada	31 Lasaña Enrollada y/o ensalada	

