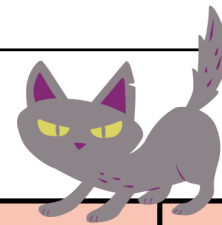


# Octubre 2026



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

| DOMINGO | LUNES                                                                                                                                                                                                    | MARTES                                                  | MÍERCOLES                      | JUEVES                                                               | VIERNES                         | SÁBADO                 |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------|
|         | El menú está sujeto a cambios. Si tiene alguna pregunta sobre sodios o carbohidratos, llame a la oficina. Por favor, notifique sus cambios de horario antes de las 5pm del día anterior.<br>303-772-0540 |                                                         |                                | 1<br>Pizza Vegetariana<br><br>Día Nacional de la Especia de Calabaza | 2<br>Frituras de Pollo          | 3                      |
| 4       | 5<br>Sándwich de Albóndigas Marinara                                                                                                                                                                     | 6<br>Arroz con Pavo                                     | 7<br>Carnitas de Pollo         | 8<br>Pasta en Salsa Alfredo con Verduras                             | 9<br>CERRADO                    | 10                     |
| 11      | 12<br>Pollo Con Champiñones, Cebolla y Queso                                                                                                                                                             | 13<br>Bacalao Empanzado<br><br>Día Nacional de los M&Ms | 14<br>Sofrito de Cerdo         | 15<br>Ensalada de Cosecha de Pollo                                   | 16<br>Filete Suizo              | 17                     |
| 18      | 19<br>Manicotti                                                                                                                                                                                          | 20<br>Pollo en Salsa Barbacoa                           | 21<br>Pastel de Carne          | 22<br>Cazuela de Jamón y Papas Picadas                               | 23<br>Sandwich de Jersey Mike's | 24                     |
| 25      | 26<br>Carne a la Cacerola                                                                                                                                                                                | 27<br>Tacos de Cerdo Horneados                          | 28<br>Tarta de Pavo y Verduras | 29<br>Ensalada de Atún                                               | 30<br>Chili con Carne           | 31<br>Feliz Halloween! |



The following major food allergens are used as ingredients: Milk, Egg, Fish, Crustacean Shellfish, Tree Nuts, Peanuts, Wheat, Soy and Sesame. Please notify staff for more information about these ingredients.