

Febrero 2023

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

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	
			1 Macarrones con Queso y/o ensalada	2 Pollo con Salsa de Albaricoque y Pimiento y/o ensalada	3 Carne con Brócoli y/o ensalada	4	
5	6 Pollo Tex-Mex y Calabacín 	7 Puerco con Salsa Barbacoa	8 Carne a la Cacerola y/o ensalada	9 Guiso de Pollo y Verduras y/o ensalada	10 Albóndigas Suecas y/o ensalada 	11	
12	13 Pollo Parmesano 	14 Salmón Feliz día de San Valentín!  	15 Pimientos Rellenos y/o ensalada	15 Pisto de Verduras y/o ensalada	17 Pasta en Salsa Alfredo con Verduras y/o ensalada	18	
19	20 CERRADO para entrega: Arroz con Pavo	21 Rollitos de Repollo Rellenos de Carne	22 Bacalao Empanzado y/o ensalada	23 Pastel de Carne y/o ensalada	24 Manicotti y/o ensalada	25	
26	27 Carne Asada	28 Pollo al Pesto	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <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  = alto en carbohidratos  = alto en sodio</p> </div>				