



Mid-Columbia Meals on Wheels
A program of Senior Life Resources Northwest
www.seniorliferesources.org
*- equals carbohydrate count
Parkside Menu

**May
2019**

*You are asked to self-monitor what you consume.
We are unable to provide specialized or allergy diets. With adequate notice, a substitute frozen meal may be provided upon request.*

If you remove food from our premises, Meals on Wheels will not be held responsible for food safety or quality of items. Leftovers should be refrigerated immediately and eaten within 2 days.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
 <p>Happy Mothers Day</p>	<p><i>Meals on Wheels is supported by participant donations. For those age 60 and over, the suggested donation is \$3.00 per meal. Meals may be purchased by those under age 60 for \$7.45.</i></p>	<p>1 Scrambled Eggs & Peppers Sausage Patty Chuck Wagon Potatoes Bran Muffin Fruit Cocktail *80</p>	<p>2 Meatball Soup Coleslaw Green Beans Mandarin Oranges</p>	<p>3 Beef Lasagna Mixed Vegetables Tossed Salad w/ Dressing Bread Brownie *106</p>
<p>Cinco De Mayo 6 Beef Tacos w/ Flour Tortilla Spanish Rice Black Bean Salad Salsa & Sour Cream Chilled Applesauce *82</p>	<p>7 Pinto Beans & Chorizo Soup Spanish Rice Mexican Slaw Tortilla Peaches</p>	<p>8 Tuna Noodle Casserole Lyonnaise Carrots Wheat Roll Blueberry Crisp *81</p>	<p>9 Chicken w/ Zucchini Refried Beans Spanish Rice Tortilla Mandarin Oranges</p>	<p>10 Sweet & Sour Pork Fluffy Rice Oriental Vegetables Bread Chilled Peaches *108</p>
<p>13 Chicken & White Bean Chili Dilled Peas Cornbread Yogurt & Berries *104</p>	<p>14 Pork Mole Pinto Beans Pea and Cheese Salad Tortilla Pineapple</p>	<p>15 Pulled Pork Sandwich Baked Beans Coleslaw Mandarin Oranges Oatmeal Cookie *157</p>	<p>16 Fish Tacos Refried Beans Spanish Rice Peas & Onions Peaches</p>	<p>Birth Day 17 Roast Beef w/ Gravy Mashed Potatoes Italian Vegetables Dinner Roll Ice Cream *89</p>
<p>20 Meatloaf Mashed Potatoes w/ Gravy Tossed Salad w/ Dressing Bread Chocolate Pudding *96</p>	<p>21 Chicken Tamale Pie Refried beans Spanish Rice Peas & Carrots Apple Slices</p>	<p>22 Harvest Apple Pork Chop Glazed Sweet Potatoes Broccoli Normandy Bread Brownie *150</p>	<p>23 Chicken w/ Red Sauce Refried Beans Spanish Rice Tossed Salad w/ Dressing Tortilla Peaches</p>	<p>24 Chicken Sandwich Lettuce & Tomato Clam Chowder Pea & Cheese Salad Apple Slices *98*133</p>
<p>27  Closed for Memorial Day</p>	<p>28 Beef Picadillo De Papas Mexican Slaw Spanish Rice Tortilla Pears</p>	<p>29 Chili Mixed Vegetables Tossed Salad w/ Dressing Cinnamon Roll *90</p>	<p>30 Chicken Enchilada Casserole Refried Beans Mexican Coleslaw Frosted Yellow Cake *118</p>	<p>31 Roast Turkey w/ Gravy Mashed Potatoes Peas & Carrots Bread Cranberry Oatmeal Bar *108</p>

For reservations, call the day before between 9:00 a.m. and 12:00 p.m.: RICHLAND 943-0779 KENNEWICK 585-4241
PASCO 543-5706 PARKSIDE 545-2169 BENTON CITY 588-3094 PROSSER 786-1148 CONNELL 234-0766 CAFÉ 736-0045
Menu substitutions may occasionally occur. Café also serves soup, salad & sandwiches with no reservations required from 11 am to 1 pm

Programa de Nutricion
A program of Senior Life Resources
Northwest

www.seniorliferesources.org

* - es igual conteo de carbohidratos
*** Parkside Menu ***

Abril
2019

Se le pide que controle usted mismo lo que consume. No podemos proporcionar dietas especializadas o alergias. Con la notificación adecuada, se puede proporcionar una comida congelada sustituta a pedido.

Si retira alimentos de nuestras instalaciones, Meals on Wheels no será responsable de la inocuidad o calidad de los alimentos. Las sobras deben refrigerarse inmediatamente y consumirse en 2 días.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p><i>Para aquellos que tiene más de 60 años, la donación sugerida es \$3.00 por comida.</i> <i>Los que son menores de 60 años, pueden comprar la comida por \$7.45.</i></p>	<p>Huevos revueltos con Pimientos, Sausage Patty Papas rostizadas Panecillo de Salvado Cóctel de Fruta *80</p>	<p>Caldo de Albóndigas Ensalada de Col Ejotes Mandarinas</p>	<p>Lasaña con Carne Verduras Ensalada con Aderezo Pan Bizcocho de Chocolate *106</p>
<p>Cinco De Mayo 6 Tacos de Res con tortillas de harina, Arroz, Ensalada de Frijoles Negros Salsa y Crema Agria Puré de Manzana *82</p>	<p>7 Caldo de Frijoles Pintos y Chorizo, Arroz Ensalada de Col Tortilla Durazno</p>	<p>8 Cacerola de Atún y Pasta Zanahorias Lyonnaise Pan de Trigo Postre de Arándanos</p>	<p>9 Pollo con Calabacita Frijoles Fritos Arroz Tortillas Mandarinas</p>	<p>10 Carne de Puerco en Salsa Agridulce, Arroz Blanco Verduras Orientales Pan Duraznos *108</p>
<p>13 Chili de Pollo y Frijoles Blancos, Chicharos Pan de Maíz Yogur y Arándanos *104</p>	<p>14 Mole de Puerco Frijoles Pintos Ensalada de Chicharos y Queso, Tortillas Piña</p>	<p>15 Sándwich de Puerco Deshebrado, Frijoles al Horno, Ensalada de Col Mandarinas Galletas de Avena *157</p>	<p>16 Tacos de Pescado Frijoles Fritos Arroz Chicharro y Cebolla Durazno</p>	<p>BirthDay Day 17 Res Rostizado Puré de Papa Verduras Pan Helado *89</p>
<p>20 Pastel de Carne Puré de Papa Ensalada con Aderezo Pan Pudin de Chocolate *96</p>	<p>21 Cacerola de Tamale de Pollo Frijoles Fritos Arroz Chicharos y Zanahoria Rebanadas de Manzana</p>	<p>22 Chuleta de Puerco con Manzana, Camote Glaseado Brócoli Pan Bizcocho de Chocolate *150</p>	<p>23 Pollo en Salsa Roja Frijoles Fritos Arroz Ensalada con Aderezo Tortilla Durazno</p>	<p>24 Sándwich de Pollo Lechuga, Tomate, y Mayonesa Sopa de Elote Ensalada de Chicharos y Queso Rebanadas de Manzana *98</p>
<p>27  Cerrado Por el Dia Conmemorativo</p>	<p>28 Picadillo de Res y Papa Ensalada de Col Arroz Tortillas Peras</p>	<p>29 Chili Verduras Ensalada con Aderezo Roles de Canela *90</p>	<p>30 Cacerola de Enchiladas de Pollo, Frijoles Fritos Ensalada de Col Pastel</p>	<p>31 Pavo Rostizado Puré de Papa Chicharos y Zanahoria Pan Barra de Avena y Arándanos *108</p>

Para reservaciones, llame un día antes en Medio de las 9:00 a.m. y las 12:00 p.m.: RICHLAND 943-0779 KENNEWICK 585-4241 PASCO 543-5706 PARKSIDE 545-2169 BENTON CITY 588-3094 PROSSER 786-1148 CONNELL 234-0766 CAFÉ 736-0045

Ocasionalmente pueden aparecer sustituciones de menú

Café también sirve sopa, ensalada y sándwiches sin reservas requeridas de 11 am a 1 pm.