





## Programa de nutrição (Almoços)



Menu may be substituted without notice. |  Salt  Vegetariano

- 1 de Maio: Sopa de Couve e Linguine c/ Camarão e Alho 
- 4 de Maio: Sopa de Cenoura e Esparguete c/ Almôndegas
- 5 de Maio: Sopa de Tomate Toscano e Frango c/ Molho de Tomate
- 6 de Maio: Sopa de Couve e Rotini Assado c/ Carne
- 7 de Maio: Caldo de Peixe e Peixe Assado
- 8 de Maio: Sopa de Repolho e Frango Empanado c/ Panko
- 11 de Maio: Sopa de Minestrone e Salada de Massa a Niçoise c/ Atum
- 12 de Maio: Sopa de Legumes e Tigela de Carne
- 13 de Maio: Sopa de Tomate Bisque e Frango c/ Temperado Seco
- 14 de Maio: Sopa de Couve e Sanduíche de Carne de Porco Desfiada
- 15 de Maio: Caldo de Peixe e Peixe c/ Batatas Fritas 
- 18 de Maio: Sopa de Abobrinha e Enchilada de Frango
- 19 de Maio: Sopa de Ervilha e Peixe Assado
- 20 de Maio: Sopa de Espinafres e Carne Salteada
- 21 de Maio: Sopa de Repolho e Esparguete c/ Molho de Carne
- 22 de Maio: Sopa de Tomate e Peru c/ Legumes Salteados
- 25 de Maio: FERIADO
- 26 de Maio: Sopa de Legumes e Febras
- 27 de Maio: Canja e Frango c/ Ervas Aromáticas
- 28 de Maio: Sopa de Carne e Carne Guisada
- 29 de Maio: Caldo de Peixe e Peixe Assado

*O programa de Nutrição para idosos é patrocinado em parte, pelo Condado de Santa Clara, Cidade de São Jose, Sourcewise e Silicon Valley Community Foundation.*

*Consumir ou refrigerar os alimentos imediatamente. Se for reaquecer alimentos, transfira-os para um recipiente de cerâmica ou vidro e certifique-se de que atingiu uma temperatura interna de 165°F ou que os alimentos foram completamente reaquecidos por 2 a 4 minutos.*

## Nutrition Programme (Lunches)

Menu may be substituted without notice. |  Salt  Vegetarian

- May 1: Kale Soup & Garlic Shrimp Linguine 
- May 4: Carrot Soup & Beef Meatballs with Spaghetti
- May 5: Tuscan Tomato Soup & Chicken with tomato Sauce
- May 6: Kale Soup & Beef Rotini Pasta Bake
- May 7: Fish Soup & Baked Fish
- May 8: Cabbage Soup & Panko Crusted chicken
- May 11: Minestrone Soup & Tuna Pasta Nicoise Salad
- May 12: Vegetable Soup & Beef Bowl
- May 13: Tomato Bisque Soup & Dry-Rub Spiced Chicken
- May 14: Kale Soup & Pulled Pork Sandwich
- May 15: Fish Soup & Fish & Chips 
- May 18: Zucchini Soup & Chicken Enchilada
- May 19: Pea Soup & Baked Fish
- May 20: Spinach Soup & Pork with Potatoes
- May 21: Cabbage Soup & Spaghetti with Meat Sauce
- May 22: Tomato Soup & Turkey & Vegetable Skillet
- May 25: HOLIDAY
- May 26: Vegetable Soup & Pork Steak
- May 27: Chicken Soup & Herbed Chicken
- May 28: Beef Soup & Beef Stew
- May 29: Fish Soup & Baked fish

*The Nutrition Program is supported in part by Santa Clara County Senior Nutrition Program, City of San Jose, Sourcewise and Silicon Valley Community Foundation.*

*Consume or refrigerate food immediately. If reheating food, transfer food to a ceramic or glassware and ensure it has reached an internal temperature of 165°F or food is thoroughly reheated for 2-4 minutes*