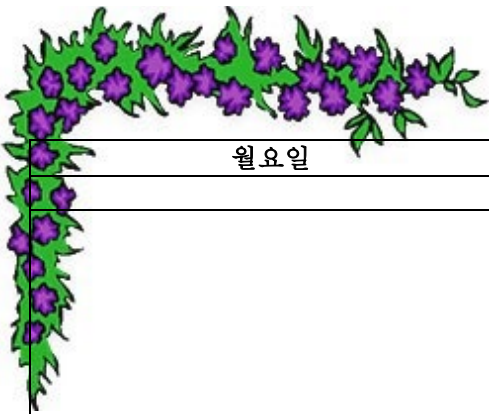




히스패닉 가정 배달 식사 2025년 8월 메뉴

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
				1
				완숙 계란 (1) WG 치리오스 FF 요거트, LF 스트링 치즈 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2)
				지중해 참치 샐러드 옥수수 & 토마토 샐러드 (페스토 드레싱 포함) 스프링클 믹스, WW 빵 (2개) 수제 랜치 드레싱 신선한 오렌지
				파히타 플레이트 파히타 야채 블렌드를 곁들인 치킨 스트립 란체라 소스, 멕시코 라이스 WG 화이트 콘 토르티야 (1개) IW 파인애플 청크
4	5	6	7	8
WG 치리오스 그래놀라 허니 바 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 완숙 계란 (2개) FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WW 빵 (SF 젤리 & 스마트 밸런스 포함) WG 치리오스 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 WW 빵 (SF 젤리 & 스마트 밸런스 포함) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 치리오스 WW 빵 (스마트 밸런스 & SF 젤리 포함) FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)
치킨 그린빈 & 토마토 샐러드 멕시코 스타일 샐러드 WW 크래커 (4개입) WW 디너 롤 (스마트 밸런스) IW 배	페타 치즈 쿠스쿠스 샐러드 건강한 야채 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (4개입) 이탈리안 드레싱 IW 만다린 오렌지	로스트 비프를 곁들인 타이 시트러스 크런치 샐러드 스마트 밸런스를 곁들인 WW 디너 롤 복숭아를 곁들인 IW	비프 타코 샐러드 (부순 비프, 핀토콩, 옥수수, 잘게 썬 치즈) 스프링 믹스 WW 크래커 (4개입) 고수 라임 드레싱 IW 파인애플 청크	각독썰기한 닭고기 피망 & 토마토 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (4개입) 이탈리안 드레싱 IW 열대 과일 믹스
바르바코아 비프 피코 데 가요 핀토 콩 믹스 야채 WG 옥수수 미니 토르티야 (2개) IW 열대 과일 믹스	슬라이스 칠면조 플로렌틴 소스 이탈리아식 야채 블렌드, 페투치니 WW 디너 롤 (2개) (스마트 밸런스 포함) 신선한 사과	폴드 포크 칠레 베르데 소스 핀토 빈 옥수수와 리마 빈 WG 화이트 콘 토르티야 (2개) IW 배	빵가루 입힌 생선 피코 데 가요 슬라이스 당근 WG 화이트 콘 미니 토르티야 (2개) 현미 신선한 오렌지	카르네 콘 칠리 (칠리소스 소고기) 파히타 야채 블렌드 WG 화이트 콘 미니 토르티야 (2개) 스페인 라이스, 신선한 사과
11	12	13	14	**15**
WW 빵 (SF 젤리 & 스마트 밸런스 포함) WG 오트밀 파우치 LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 치리오스 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개))	WG 오트밀 파우치 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	땅콩버터와 SF 젤리를 곁들인 WW 빵 (2개) FF 요거트 (2개) 오렌지-파인애플 주스와 1% 우유 (2개)	WG 치리오스 그래놀라 허니 바 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)
치킨 랜치 파스타 샐러드 캘리포니아 샐러드 스프링 믹스 스마트 밸런스 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 IW 복숭아	치킨 콘 파스타 샐러드 토마토 오이 샐러드 WW 디너 롤 (2개) (스마트 밸런스 포함) IW 파인애플 청크	미트로프 샌드위치 WG 햄버거 번을 곁들인 미트로프 옥수수, 리마콩 & 토마토 샐러드 스프링 믹스 케첩 이탈리안 드레싱 IW 만다린 오렌지	발사믹 드레싱을 곁들인 그릭 퀴노아 치킨 샐러드 코울슬로 스프링 믹스 스마트 밸런스를 곁들인 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 IW 배	세프 샐러드 (칠면조 슬라이스, 계란, 피망, 옥수수, 당근, 오이, 잘게 썬 스위스 치즈) 스프링 믹스 WW 디너 롤 (2개) (스마트 밸런스 포함) 수제 랜치 드레싱 신선한 사과
빵가루 입힌 생선 브로콜리 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) 스페인식 쌀 피코 데 가요, 신선한 사과	다진 칠면조 피카딜로 소스 붉은 껍질 감자 믹스 야채 WG 흰 옥수수 토르티야 (2개) 신선한 오렌지	소고기 파히타 소고기 파히타 야채 블렌드 브로콜리 고수 라임 라이스 WG 옥수수 토르티야 (1개) 토마틸로 소스, IW 복숭아	틸라피아 필레 란체라 소스 겨울 채소 블렌드 밥 필라프 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) 신선한 사과	웨스턴 셀러브레이션 홀리데이 밀치킨 스트립 데리야끼 소스 브로콜리 재스민 라이스 파인애플 청크 크리미 망고 푸딩



히스패닉 가정 배달 식사 2025년 8월 메뉴

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
18	19	20	21	22
WG 오트밀 파우치 완숙 계란 (1개) 그레놀라 허니 바 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	SF 시럽을 곁들인 WG 와플 완숙 계란 (1개) 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	땅콩버터 & SF 젤리를 곁들인 WW 빵 (2개) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 건포도 브랜 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)
지중해식 치킨 퀴노아 샐러드 블랙빈 & 콘 샐러드 스프링 믹스 WW 디너 롤 (2개) (스마트 밸런스 포함) 이탈리안 드레싱 IW 복숭아	멕시코산 참치 샐러드 토마토 오이 샐러드 WW 빵 (2개) SF 엠브로시아	망고 드레싱과 얇게 썬 소고기를 곁들인 보리 샐러드 옥수수, 리마콩, 토마토 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (4개입) WW 디너 롤 (2개) (스마트 밸런스) 수제 랜치 드레싱 신선한 사과	심장 건강 병아리콩 샐러드 비트 & 오렌지 샐러드 WW 크래커 (4개입) IW 복숭아	치킨 타이 시트러스 크런치 샐러드 멕시코산 옥수수, 애호박 & 토마토 샐러드 스마트 밸런스 디너 롤 만다린 오렌지
그린 치킨 캐서롤 당근 핀토콩 WW 크래커 (4개입) 신선한 오렌지	돼지 안심 살사 베르데 곁들임 고구마 브로콜리 & 당근 스페인식 밥 WG 화이트 미니 콘 토르티야 (2개) 신선한 사과	각독썰기한 닭고기 살사 소스 곁들임 카프리 야채 재스민 라이스 파인애플 청크	피시 타코 WG 화이트 미니 콘 토르티야 (4개) 피시 스틱 (3개) 피코 데 가요 믹스 야채 베이킹 포테이토 (베이킹 감자) IW 굴	각독썰기한 닭고기 살사 란체라 완두콩 & 당근 멕시코산 라이스 WG 흰 옥수수 토르티야 (2개) IW 배
25	26	27	28	29
WG 미니 베이글 (크림치즈 포함) FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WW 빵 (SF 젤리 & 스마트 밸런스 포함) WG 오트밀 파우치 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 건포도 브랜 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 블루베리 머핀 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	땅콩버터와 SF 젤리를 곁들인 WW 빵 (2개) FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스와 1% 우유 (2개)
참치 샐러드 블랙빈 & 렌틸콩 샐러드 커민 라임 드레싱 WW 빵 (2개) 신선한 사과	양귀비 씨 드레싱을 곁들인 치킨 파스타 샐러드 호두와 페타 치즈를 곁들인 허브 파로 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (2개입) 이탈리안 드레싱 IW 만다린 오렌지	터키 샌드위치 WW 빵 (2개) 로스트 터키 & 스프링 믹스 피망 & 토마토 샐러드 마요네즈 & 머스타드 IW 배	소고기 햄버거 WG 햄버거 번 (소고기 패티 포함) 스프링 믹스 블랙빈 & 콘 샐러드 케첩, 마요네즈 & 머스터드 통조림 살구	치킨 랜치 파스타 샐러드 주키니 & 토마토 샐러드 스프링 믹스 스마트 밸런스 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 신선한 사과
피카딜로 소스를 곁들인 다진 칠면조 붉은 껌질 감자 스칸디나비아 블렌드 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) IW 복숭아	돼지고기 카르니타스 믹스 야채 멕시코산 쌀 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) IW 열대 과일 믹스	바르바코아 비프 피코 데 가요 피에스타 야채 믹스 WG 화이트 콘 미니 토르티야 (2개) 멕시코산 라이스 신선한 사과	홀리홀리 치킨 홀리홀리 파인애플 소스를 곁들인 잘게 썬 닭고기 오리엔탈 베이 블렌드 라이스 필라프 신선한 오렌지	채식 엔칠라다 캐서롤 브로콜리 & 당근 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) 현미 IW 파인애플 청크

이 프로젝트는 오렌지 카운티 감독 위원회에서 배정한 연방 노인 미국인법(Federal Older Americans Act) 기금으로 일부 지원됩니다. 모든 식사는 캘리포니아 보건부에서 정한 2020-2025년 미국인 식생활 지침(DGA) 및 노인을 위한 식이 기준 섭취량(DRI)을 준수합니다. 사진 6, 사진: 휴먼 서비스 에이전시(Human Services Agency) 및 미국 농무부. 당뇨병 환자를 위해 메뉴 전체에 무설탕 디저트와 물로 채워진 과일이 사용됩니다. 매일 1% 우유가 제공됩니다. 자발적 기부금은 하루 5.25달러입니다. 주간 평균 식사는 1,600칼로리를 초과합니다. 나트륨 함량은 2,300mg을 초과하지 않도록 매일 분석합니다. 나트륨 함량이 2,300mg을 초과하는 식사에는 소금통 아이콘이 표시됩니다. 양념은 분석되지 않으며 나트륨 함량이 증가할 수 있습니다. 특별 식사는 **로 표시되어 있으며, 해당 날짜의 나트륨 함량은 2,300mg을 초과할 수 있습니다

Voluntary Contribution \$5.25 per day