

다문화 가정배달 음식 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 팬치 드레싱 신선한 오렌지
				후추 마늘 소고기 후추 마늘 소스를 곁들인 각독썰기 소고기 당근 슬라이스, 현미 스마트 밸런스를 곁들인 WW 디너 롤 IW 파인애플 청크
4	5	6	7	8
WG 건포도 브랜 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 완숙 계란 (2개) WW 빵, 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 치리오스 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 WW 빵 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 건포도 브랜 그래놀라 허니 바, FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)
치킨 그린빈 & 토마토 샐러드 멕시코 스타일 샐러드 WW 크래커 (4개입) WW 디너 롤 (2개) IW 배	쿠스쿠스/페타 치즈 샐러드 건강한 야채 샐러드 스프링 믹스 이탈리안 드레싱 만다린 오렌지	타이 시트러스 크런치 샐러드 (로스트 비프 포함) WW 디너 롤 (2개) IW 복숭아	소고기 타코 샐러드 (소고기, 핀토콩, 옥수수, 치즈) 스프링 믹스 고수 라임 드레싱 인위적인 파인애플 청크	각독썰기한 닭고기 피망 & 토마토 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (4개입) 이탈리안 드레싱 IW 열대 과일 믹스
각독썰기한 소고기 스튜 그레이비 스투 야채 브로콜리 제스민 라이스 IS 열대 과일	슬라이스 칠면조 플로렌틴 소스 이탈리아식 야채 블렌드, 페투치니 WW 디너 롤 (2개), 신선한 오렌지	폴드 포크 토마틸로 소스 핀토 빈 옥수수와 리마 빈 WG 화이트 콘 토르티야 (2개) 신선한 사과	레몬그라스 소스를 곁들인 닭고기 각독썰기 오리엔탈 야채 블렌드 현미 WW 디너 롤 (2개) 신선한 오렌지	시금치 버섯 키슈 치킨 소시지 (1개), 믹스 야채 WW 디너 롤 (2개) 신선한 사과
11	12	13	14	**15**
WW 빵 (SF 켈리 & 스마트 밸런스 포함) WG 오트밀 파우치 LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 치리오스 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	WG 오트밀 파우치 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개)	땅콩버터 & 켈리를 곁들인 WW 빵 (2개) FF 요거트 (2개) 오렌지-파인애플 주스 & 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 스프링 믹스 스마트 밸런스 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 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 WW 크래커 (4개입) WW 디너 롤 (스마트 밸런스) 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 팬치 드레싱 신선한 사과
빵가루 입힌 생선 브로콜리 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) 스페인식 쌀 피코 데 가요, 신선한 사과	완두콩 & 당근 WW 옥수수 머핀 WW 크래커 (4개입) 신선한 오렌지	닭가슴살 코코넛 카레 소스 당근 슬라이스 계란 국수 WW 크래커 (4개입) IW 열대 과일 믹스	브라운 그레이비를 곁들인 로스트 비프 익힌 시금치 보타이 파스타 신선한 사과	웨스턴 셀러브레이션 홀리데이 밀치킨 스트립 데리야끼 소스 브로콜리 제스민 라이스 파인애플 청크 크림 미 망고 푸딩



다문화 가정배달 음식 2025년 8월 메뉴

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
18 WG 오트밀 파우치 그레놀라 허니 바, FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개) 지중해식 치킨 퀴노아 샐러드 블랙빈 & 콘 샐러드 스프링 믹스 스마트 밸런스를 곁들인 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 IW 복숭아 치킨 미트볼 홀리홀리 파인애플 캘리포니아 야채 블렌드 오르조 야채 필라프 WW 디너 롤 (스마트 밸런스 포함) 신선한 오렌지	19 WG 와플 (SF 시럽 & 스마트 밸런스) LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개) 멕시코산 참치 샐러드 토마토 오이 샐러드 WW 빵 (2개) SF 엠브로시아 돼지 안심 달콤한 시트러스 그레이즈 소스 고구마 브로콜리 & 당근 WW 디너 롤 (2개) 스마트 밸런스 신선한 사과	20 WG 오트밀 파우치 FF 요거트, LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개) 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 베트남식 카라멜 치킨 닭고기 깍둑썰기/베트남식 카라멜 소스 카프리 야채 재스민 라이스 파인애플 청크	21 땅콩버터 & SF 젤리를 곁들인 WW 빵 (2개) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개) 심장 건강 병아리콩 샐러드 비트 & 오렌지 샐러드 WW 크래커 (4개입) IW 복숭아 피시 타코 WG 화이트 미니 콘 토르티야 (4개) 피시 스틱 (3개) 피코 데 가요 믹스 야채 베이킹 감자 IW 굴	22 WG 건포도 브랜 FF 요거트 (2개) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개) 치킨 타이 시트러스 크런치 샐러드 멕시코산 옥수수, 애호박 & 토마토 샐러드 스마트 밸런스 디너 롤 만다린 오렌지 각둑썰기한 닭고기 살사 란체라 완두콩 & 당근 멕시코산 라이스 WG 흰 옥수수 토르티야 (2개) IW 배
25 WG 미니 베이글 (크림치즈) FF 요거트 (2개) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개) 참치 샐러드 블랙빈 & 렌틸콩 샐러드 커민 라임 드레싱 WW 빵 (2개) 신선한 사과 슬라이스 칠면조와 칠면조 그레이비 고구마 스칸디나비아 야채 블렌드 WW 크래커 (4개입) IW 복숭아	26 WW 빵 (SF 젤리 & 스마트 밸런스 포함) WG 오트밀 파우치 FF 요거트, LF 스트링 치즈 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개) 양귀비 씨 드레싱을 곁들인 치킨 파스타 샐러드 호두와 페타 치즈를 곁들인 허브 파로 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커 (2개입) 이탈리안 드레싱 IW 만다린 오렌지 파마산 치즈와 말린 토마토 소스, 닭가슴살을 곁들인 삼색 파스타 옥수수와 당근 스마트 밸런스를 곁들인 WW 디너 롤 신선한 오렌지	27 WG 건포도 브랜 FF 요거트 (2개) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2개) 터키 샌드위치 WW 빵 (2개) 로스트 터키 & 스프링 믹스 피망 & 토마토 샐러드 마요네즈 & 머스터드 IW 배 바르바코아 비프 피코 데 가요 피에스타 야채 믹스 WG 화이트 콘 미니 토르티야 (2개) 멕시코산 라이스 신선한 사과	28 WG 블루베리 머핀 LF 스트링 치즈, FF 요거트 오렌지 주스 & 1% 우유 (2개) 소고기 햄버거 WG 햄버거 번 (소고기 패티 포함) 스프링 믹스 블랙빈 & 콘 샐러드 마요네즈 & 머스터드 통조림 살구 홀리홀리 치킨 홀리홀리 파인애플 소스를 곁들인 깍둑썰기 닭고기 오리엔탈 야채 블렌드 팬 프라이드 계란 국수 WW 크래커 (2개입) 프레시 오렌지, SF 쿠키	29 땅콩버터와 SF 젤리를 곁들인 WW 빵 (2개) FF 요거트, LF 스트링 치즈 오렌지 주스와 1% 우유 (2개) 치킨 랜치 파스타 샐러드 주키니 & 토마토 샐러드 스프링 믹스 스마트 밸런스 WW 디너 롤 이탈리안 드레싱 신선한 사과 채식 엔칠라다 캐서롤 브로콜리 & 당근 WG 흰 옥수수 토르티야 (1개) 현미 IW 파인애플 청크

이 프로젝트는 오렌지 카운티 감독 위원회에서 배정한 연방 노인 미국인법(연방 노인 미국인법) 기금으로 일부 지원됩니다. 모든 식사는 2020-2025년 미국인 식생활 지침(DGA) 및 캘리포니아 보건부 및인간복지국과 미국 농무부에서 정한 노인을 위한 식이 기준 섭취량(DRI)을 준수합니다. 당뇨병 환자를 위해 메뉴 전체에 무설탕 디저트와 물로 채워진 과일이 사용됩니다. 매일 1% 우유가 제공됩니다. 자발적인 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. 특별식은 **로 표시되어 있으며, 해당 날짜의 나트륨 함량은 2,300mg을 초과할 수 있습니다.