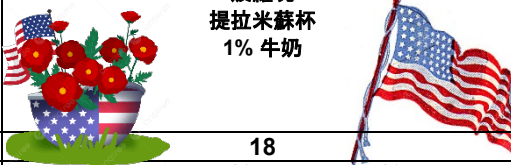




亞洲送貨上門餐 2025 年 11 月菜單



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
3 WG 燕麥袋 LF 奶酪串 FF酸奶 橙汁和 1% 牛奶 (2) 越南雞肉沙拉 毛豆 WW晚餐卷 (2) 帶智能平衡 IW桃子 煮雞蛋 (2) 蘋果雞肉腸 (1) 卡普里島蔬菜混合物 薯餅 WW麵包 (2) 新鮮蘋果	4 WG Cheerios 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 豬肉炸玉米餅蓋飯 (手撕豬肉、斑豆、玉米、羊乳酪) 春季混合 糙米 WG 白玉米迷你玉米餅 (2) 香菜青檸醬和酸奶油 新鮮橙 宮保雞丁 雞丁配宮保醬 東方蔬菜混合 茉莉香米 WW 餅乾 (4pk) IW梨	5 WW麵包 (2) 鷹嘴豆泥 FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 蔓越莓羅勒雞肉沙拉 亞洲黃瓜沙拉 春季混合 WW晚餐卷 (2) 帶智能平衡 IW 熱帶水果混合物 焦糖醬豬肉豆腐 豌豆和胡蘿蔔 糙米 IW杏	6 WG 班戟 (2) 配 SF 糖漿和智能平衡 煎蛋捲 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 廚師沙拉 (火雞片、辣椒、玉米、胡蘿蔔、黃瓜、羊乳酪) 春季混合 WW晚餐卷 (2) 帶智能平衡 自製牧場醬 新鮮蘋果 烤魚 越南焦糖醬 炒蘆筍 糙米 IW柑橘	7 WG 華夫餅配 SF 糖漿 WG巧克力格蘭諾拉麥片 FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 希臘藜麥雞肉沙拉 附香醋醬 春季混合 櫻桃番茄 WW 餅乾 (4pk) 香醋醬 IW桃子 牛肉燉肉 斯堪的納維亞蔬菜混合物 WW 餐卷 (2) 連智能天平 IW鳳梨
10 WG 煎餅, 附 SF 糖漿和智能平衡 FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 招牌雞肉沙拉 黃瓜和櫻桃番茄片 春季混合 WW麵包 (2) 香醋醬 IW柑橘 雞胸 配橙汁 炒白菜 糙米 帶智能平衡的晚餐卷 IW 熱帶水果混合物	11 **退伍軍人節慶祝活動** 烤牛肉 蘑菇肉汁 嬰兒烤土豆 西蘭花和胡蘿蔔 晚餐卷 菠蘿塊 提拉米蘇杯 1% 牛奶 	12 WG 燕麥袋 FF酸奶 (2) 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 希臘沙拉配鷹嘴豆和雞肉 毛豆 WG 皮塔餅麵包 鷹嘴豆泥 IW梨 烤魚 配檸檬草醬 胡蘿蔔 炒飯 IW柑橘	13 WG Cheerios FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 鮭魚沙拉 番茄黃瓜沙拉 春季混合 WW麵包 (2) 義大利醬 新鮮蘋果 牛肉塊 配胡椒蒜醬 胡蘿蔔和玉米 糙米 WW 餐卷, 附智能平衡 IW 菠蘿塊	14 WW 麵包 (2) 配花生醬和 SF 果凍 WG 燕麥袋 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 奶油香蒜醬雞肉沙拉 心臟健康鷹嘴豆沙拉 IW桃子 雞肉配米飯和蔬菜 炒蘆筍 WW晚餐卷 (2) 帶智能平衡 新鮮橙
17 WG 迷你百吉餅配奶油乳酪 FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 雞肉配青豆和番茄沙拉 墨西哥風味沙拉 毛豆 WW晚餐卷 (2) IW梨 辣醬蝦和豬肉 豌豆和胡蘿蔔 糙米 新鮮蘋果	18 WG 英式鬆餅配火雞香腸肉餅 煮雞蛋 (1) 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 燕粗麥粉配羊乳酪沙拉 健康蔬菜沙拉 春季混合 WW晚餐卷 (2) IW柑橘 番茄醬魚 義大利蔬菜混合物 糙米 IW桃子	19 WG Cheerios WG巧克力格蘭諾拉麥片 LF 奶酪串 FF酸奶 橙汁和 1% 牛奶 (2) 雞肉泰式柑橘脆沙拉 毛豆 WW晚餐卷 (2) IW 菠蘿塊 檸檬草醬雞肉丁 東方蔬菜混合 胡蘿蔔 茉莉香米 新鮮橙	20 WW 麵包 (2) 附 SF 果凍和智能天平 WG 燕麥袋 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2) 碎豬肉 黑豆和玉米 羊乳酪 烤法士達混合物 春季混合 WW 羅蒂尼 香菜酸橙醬 IW桃子 意大利面配番茄醬 & 碎牛肉 斯堪的納維亞蔬菜混合物 IW 熱帶水果混合物	21 WG Cheerios WW麵包 FF酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2) 雞肉藜麥沙拉配胡桃南瓜 青椒番茄沙拉 毛豆 WW晚餐卷 (2) IW杏 羅望子雞肉 混合蔬菜 茉莉香米 IW柑橘





星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
24	25	26	**27**	**28**
WW 麵包 (2) 配 SF 果凍 WG 燕麥袋 FF 酸奶 LF 奶酪串 橙菠蘿汁 & 1% 牛奶 (2)	WG 班戟 (2) 配 SF 糖漿和智能天平 煮雞蛋 (1) 橙汁和 1% 牛奶 (2)	WW 麵包 (2) 配花生醬和 SF 果凍 FF 酸奶 (2) 橙汁和 1% 牛奶 (2)	**感恩節慶祝活動**	**感恩節早午餐**
雞肉牧場義大利麵沙拉 春季混合 黃瓜和櫻桃番茄片 WW 餅乾 (2pk) 義大利醬 IW 桃子	廚師沙拉 (火雞片、辣椒、玉米、胡蘿蔔、黃瓜、羊乳酪) 春季混合 WW晚餐卷 (2) 自製牧場醬 新鮮橙	雞肉玉米義大利麵沙拉 番茄黃瓜沙拉 春季混合 WW 餅乾 (2pk) 義大利醬 IW杏	烤火雞 棕色肉汁 土豆泥 青豆和胡蘿蔔 夏威夷卷 新鮮橙 南瓜派 1% 牛奶	火腿片 杏醬 羽衣甘藍 紅薯 晚餐卷 果味明膠 1% 牛奶
麵包屑魚 附甜柑橘釉 炒蘆筍 糙米 新鮮蘋果	荷蘭豆炒牛肉 胡蘿蔔 茉莉香米 龍涎香	薑汁雞肉 混合蔬菜 糙米 WW晚餐卷 IW 菠蘿塊		



該項目的部分資金來自奧蘭治縣監事會分配的《聯邦美國老年人法案》的資金。所有膳食均符合 2020 - 2025 年美國人膳食指南 (DGA) 和加州衛生部確定的老年人膳食參考攝入量 (DRI) 和 人類服務局和美國農業部。 整個菜單都使用無糖甜點和含水水果來適應糖尿病患者的需求。 每天供應 1% 牛奶。自願捐款為每天 5.25 美元。 每週平均膳食提供 >1600 卡路里的熱量。每天分析鈉含量不超過 2300 毫克。任何鈉含量超過 2300 毫克的膳食都標有鹽瓶圖標。請注意，調味品未經分析，可能會增加鈉含量。特殊餐點標明 為**，這些日子的鈉含量可能超過 2300 毫克。

Voluntary Contribution \$5.25 per day