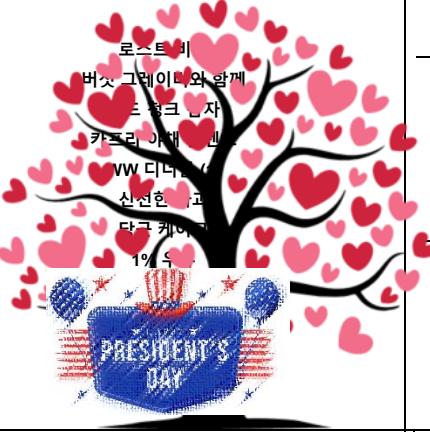




월요일 2	화요일 3	수요일 4	목요일 5	금요일 6
WG 팬케이크 with SF 시럽 및 스마트 밸런스 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2) 시그니처 치킨 샐러드 슬라이스 오이와 채리 토마토 스프링 믹스 WW 브레드 (2) 발사믹 비네그레트 드레싱 IW 만다린 오렌지 닭가슴살 오렌지 소스 함께. 볶음 청경채 현미 WW 디너를 with 스마트 밸런스 IW 열대 과일 믹스	WW 브레드 (2) 땅콩버터와 SF 젤리 포함 LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2) 두부 부리토 볼 (구운 두부, 파티타, 검은콩) 스프링 믹스 고수 라임 라이스 WG 화이트 콘 미니 토르ти야 (2) 피코 데 갈로 프레시 오렌지 베트남식 소고기 카레 이탈리아 채소 블렌드 자스민 라이스 IW 파인애플 청크	WG 오토밀 파우치 FF 요거트 (2) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2) 가반조 콩과 닭고기를 곁들인 그리스 샐러드 에다마메 WG 피타 빵 후무스 IW 배 구운 생선 레몬그라스 소스와 함께 당근 쌀 필라프 IW 만다린 오렌지	WG 치리오스 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2) 참치 샐러드 토마토 오이 샐러드 스프링 믹스 WW 브레드 (2) 이탈리아 드레싱 신선한 사과 큐브 비프 페퍼 마늘 소스와 함께 당근과 옥수수 현미 WW 디너를 with 스마트 밸런스 IW 파인애플 청크	WW 브레드 (2) 땅콩버터와 SF 젤리 포함 WG 오토밀 파우치 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2) 크리미 페스토 치킨 샐러드 하트 헬시 가르반조 샐러드 페타 치즈와 함께 IW 피치스 닭고기 라이스 누들 & 야채 가이란 볶음 WW 디너 룰 (2) 스마트 밸런스 프레시 오렌지
9 WG 미니 베이글 위드 크림치즈 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2) 그린빈과 토마토 샐러드를 넣은 치킨 멕시코식 샐러드 에다마메 WW 디너 룰 (2) IW 배 새우와 돼지고기 핫소스 완두콩과 당근 현미 신선한 사과	10 WG 잉글리시 머핀과 칠면조 소시지 패티가 들어갔다 삶은 달걀 (1) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2) 쿠스쿠스 페타 치즈 샐러드 건강한 채소 샐러드 스프링 믹스 WW 디너 룰 (2) IW 만다린 오렌지 토마토 소스에 넣은 생선 이탈리아 채식 블렌드 현미 IW 피치스	11 WG 치리오스 WG 초콜릿 그래스놀라 LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지 주스 & 1% 우유 (2) 치킨 타이 감귤 크런치 샐러드 에다마메 WW 디너 룰 (2) IW 파인애플 청크 레몬그라스 소스를 곁들인 다진 치킨 동양 채소 혼합 당근 자스민 라이스 프레시 오렌지	12 WW Bread (2) SF 젤리와 스마트 밸런스 포함 WG 오토밀 파우치 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2) 부서진 돼지고기 검은콩과 옥수수 페타 치즈 구운 파티타 블렌드 스프링 믹스 WW 로티니 고수 라임 드레싱 IW 피치스 마리나라 소스 스파게티 & 다진 소고기 스칸디나비아 채소 블렌드 IW 열대 과일 믹스	**13** WG 치리오스 WW 빵 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2) 버터넷 스퀴시를 넣은 치킨 퀴노아 샐러드 초록 고추와 토마토 샐러드 에다마메 WW 디너 룰 (2) IW 살구 **발렌타인데이 축하 행사** 알프레도 소스를 곁들인 페투치니 파스타 닭가슴살 이탈리아 채소 IW 만다린 오렌지 딸기 케이크
16	17	18	19	20

<p>**대통령의 날 축하 행사**</p> 	<p>WG 팬케이크 (2개) SF 시럽과 스마트 밸런스 삶은 달걀 (1) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>셰프의 샐러드 (얇게 썬 칠면조, 고추, 옥수수, 당근, 오이, 페타 치즈) 스프링 믹스 WW 디너 룰 (2) 수제 랜치 드레싱 프레시 오렌지</p> <p>완두콩을 곁들인 볶음 소고기 당근 자스민 라이스 암브로시아</p>	<p>WW 브레드 (2) 땅콩버터와 SF 젤리 포함 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>치킨 & 콘 파스타 샐러드 토마토 오이 샐러드 스프링 믹스 WW 크래커스 (2인승) 이탈리아 드레싱 IW 살구</p> <p>생강 소스를 곁들인 치킨 혼합 채소 현미 WW 디너 룰 IW 파인애플 청크</p>	<p>WG 치리오스 FF 요거트 (2) 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>그릭식 퀴노아 치킨 샐러드와 발사믹 드레싱 스프링 믹스 체리 토마토 WG 피타 빵 후무스 발사믹 비네그레트 드레싱 IW 배</p> <p>로스트 칠면조 가금류 그레이비와 함께 완두콩과 당근 오르조 야채 필라프 프레시 오렌지</p>	<p>WG 치리오스 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>미트로프 샌드위치 WG 햄버거 번과 미트로프 옥수수, 리마콩 및 토마토 샐러드 스프링 믹스 케첩 이탈리아 드레싱 IW 열대 과일 믹스</p> <p>오렌지 치킨 다진 치킨 오렌지 소스 함께. 동양 채소 혼합 현미</p>
월요일 23	화요일 24	수요일 25	목요일 26	WW 디너 룰 WW 스마트 밸런스 IW 만다린 오렌지
<p>WG 미니 베이글 워드 크림치즈 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>지중해식 치킨 퀴노아 샐러드 검은콩과 옥수수 샐러드 스프링 믹스 WW 디너 룰 (2) 이탈리아 드레싱 IW 피치스</p> <p>구운 생선 크리미 마늘 소스 곁에 브뤼셀 스프라우트 오르조 야채 필라프 프레시 오렌지</p>	<p>WG 치리오스 FF 요거트 LF 스트링 치즈 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>멕시코 참치 샐러드 토마토 오이 샐러드 스프링 믹스 WW 브레드 (2) 발사믹 비네그레트 암브로시아</p> <p>돼지고기 안심 달콤한 감귤 글레이즈 소스와 함께 브로콜리와 당근 현미 WW 디너 룰 with 스마트 밸런스 신선한 사과</p>	<p>WG 오트밀 파우치 WW 빵 (1) LF 스트링 치즈 FF 요거트 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>보리 망고 샐러드와 칠면조 구이 옥수수, 리마빈, 토마토 샐러드 스프링 믹스 WW 디너 룰 (2) 스마트 밸런스 포함 수제 랜치 드레싱 IW 열대 과일 믹스</p> <p>다진 치킨 카레 파인애플 소스와 함께 혼합 채소 파인애플 볶음밥 IW 배</p>	<p>WG 잉글리시 머핀 칠면조 소시지 페티와 함께 오렌지-파인애플 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>클래식 에그 샐러드 하트 웨시 가르반조 샐러드 페타 치즈와 함께 스프링 믹스 & 에다마메 WW 브레드 (2) IW 살구</p> <p>베트남식 캐러멜 치킨 다진 치킨 베트남 카라멜 소스와 함께 카프리 채소 당근 자스민 라이스 IW 파인애플 청크</p>	<p>WG 오트밀 파우치 WG 초콜릿 그래놀라 FF 요거트 (2) 오렌지 주스 & 1% 우유 (2)</p> <p>치킨 불구르 샐러드 병아리콩, 오이, 크랜베리 포함 스프링 믹스 & 에다마메 WW 크래커스 (2인승) 이탈리아 드레싱 IW 만다린 오렌지</p> <p>오향 소스에 넣은 돼지고기 혼합 채소 당근 자스민 라이스 WW 디너 룰, IW 배</p>

아시안 홈 배달 식사 2026년 2월 메뉴



아시안 홈 배달 식사 2026년 2월 메뉴

이 프로젝트는 오렌지 카운티 감독위원회가 배정한 연방 노인법(Federal Older Americans Act) 자금으로 일부 자금을 지원받고 있습니다. 모든 식사는 캘리포니아 보건부가 정한 2020년부터 2025년까지 미국인 식이 지침(DGA)과 노인용 식이 기준 섭취(DRI)를 준수합니다. 인적서비스청과 미국 농무부. 당뇨병 환자를 위해 무설탕 디저트와 수분이 든 과일이 메뉴 전반에 걸쳐 사용됩니다. 우유는 매일 1% 제품. 자발적 기부금은 하루 \$5.25입니다. 주간 평균 식사는 >1600칼로리를 제공합니다. 나트륨은 하루 2300mg을 초과하지 않도록 분석됩니다. 나트륨 함량이 2300mg을 초과하는 모든 식사는 소금통 아이콘으로 표시됩니다. 조미료는 분석되지 않으며 나트륨 함량을 증가시킬 수 있음을 유의해주세요. 특별 식사는 **로 표시되며, 이 날에는 나트륨이 2300mg을 초과할 수 있습니다.

