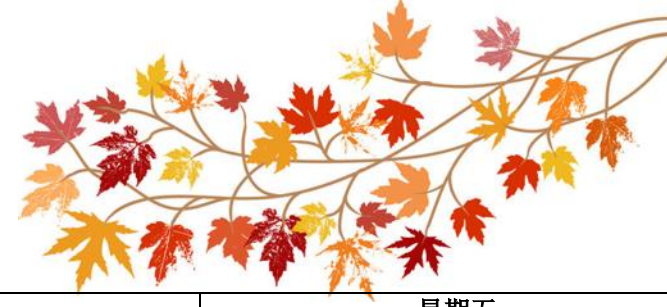
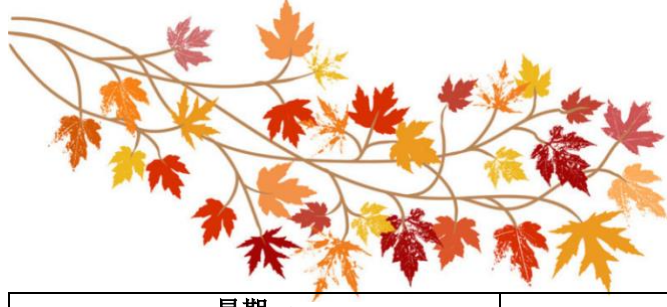


无乳糖送餐服务 2026年9月菜单

| 星期一                                                                                                                                                                                                          | 星期二                                                                                                                                                                                | 星期三                                                                                                                                                                                                  | 星期四                                                                                                                                                                                                     | 星期五                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                             | 1<br>WW Bread (2) 配花生酱和旧金山果酱<br>LF酸奶 (2)<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>豆腐卷饼碗<br>(烤豆腐、法加它、黑豆)<br>春季混音<br>LF 香菜柠檬米<br>WG迷你白玉米饼 (2)<br>加洛峰<br>新鲜橙子                                              | 2<br>WG燕麦袋<br>WG巧克力格兰诺拉<br>LF酸奶 (2)<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>希腊沙拉配豆子和鸡肉<br>WG 皮塔面包<br>鹰嘴豆泥<br>IW梨<br>烤牛肉<br>配LF蘑菇棕色酱<br>胡萝卜<br>左翼土豆泥<br>橘子IW<br>LF牛奶 (1)                                                  | 3<br>WG Cheerios<br>LF酸奶 (2)<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>金枪鱼沙拉<br>黄瓜番茄沙拉<br>春季混音<br>WW 面包 (2)<br>香菜柠檬酱<br>新鲜苹果<br>牛肉块<br>配LF 辣椒蒜酱<br>胡萝卜与玉米<br>糙米<br>带智能平衡的WW晚餐卷<br>IW菠萝碎片<br>LF牛奶 (1)                            | 4<br>WW 面包 (2)<br>鹰嘴豆泥<br>WG燕麦袋<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>LF 奶油鸡肉香蒜沙拉<br>LF心脏健康鹰嘴豆沙拉<br>配菲达奶酪 LF 奶酪<br>IW 桃子队<br>LF无肉肉丸<br>配LF棕色酱<br>左翼土豆泥<br>豌豆<br>WW晚餐卷 (2) 配备智能平衡<br>新鲜橙子<br>LF牛奶 (1)                               |
|                                                                                                                                                                                                              | 8<br>WG英式松饼配火鸡香肠块<br>煮鸡蛋 (1)<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>菲达奶酪燕麦沙拉配LF<br>健康蔬菜沙拉<br>春季混音<br>WW 面包卷 (2)<br>橘子IW<br>土耳其博洛尼亚语<br>意大利蔬菜混合<br>WG 笔粉意面<br>IW 桃子队<br>LF牛奶 (1)                       | 9<br>WG Cheerios<br>WG巧克力格兰诺拉<br>LF酸奶 (2)<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>柑橘泰式鸡肉沙拉<br>豌豆<br>WW 面包卷 (2)<br>IW菠萝碎片<br>柠檬草酱切丁鸡肉<br>东方蔬菜混合<br>胡萝卜<br>茉莉米<br>新鲜橙子<br>LF牛奶 (1)                                           | 10<br>WW Bread (2) 配SF果冻和Smart Balance。<br>WG燕麦袋<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>猪肉末<br>黑豆与玉米<br>混合烤法加它<br>春季混音<br>W.V. 罗带尼<br>菲达奶酪LF<br>香菜柠檬酱<br>IW 桃子队<br>番茄酱意大利面<br>& 绞牛肉<br>斯塔的纳维亚蔬菜混合<br>IW 热带水果混合<br>LF牛奶 (1) | 11<br>WG Cheerios<br>LF酸奶 (2)<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>LF鸡肉藜麦沙拉配南瓜<br>青辣椒番茄沙拉<br>WW 面包卷 (2)<br>IW杏<br>烤鱼<br>混合蔬菜<br>贝克土豆宝宝<br>WG迷你白玉米饼 (4)<br>加洛峰<br>橘子IW<br>LF牛奶 (1)                                                   |
| 14<br>WW面包配SF果冻和Smart Balance。<br>WG燕麦袋<br>LF酸奶 (2)<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>LF牧场鸡肉面条沙拉<br>春季混音<br>切片黄瓜和樱桃番茄<br>世界裂痕 (2个角色)<br>香醋酱<br>IW 桃子队<br>裹面包屑鱼<br>加洛峰<br>西兰花<br>WG白玉米饼 (1)<br>西班牙赖斯左翼军<br>新鲜苹果<br>LF牛奶 (1) | 15<br>WG面包 (2) 配花生酱和旧金山果酱<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>LF厨师沙拉<br>(切片火鸡、辣椒、玉米、胡萝卜、黄瓜、LF菲达奶酪)<br>春季混音<br>WW晚餐卷 (2) 配备智能平衡<br>自制牧场酱 LF<br>新鲜橙子<br>牛肉块<br>配斯特罗加诺夫酱<br>胡萝卜<br>蛋面<br>仙露<br>LF牛奶 (1) | 16<br>WG燕麦袋<br>WG巧克力格兰诺拉<br>LF酸奶 (2)<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>LF鸡肉玉米面沙拉<br>黄瓜番茄沙拉<br>春季混音<br>世界裂痕 (2个角色)<br>香菜柠檬酱<br>IW杏<br>猪肉肉<br>与LF Salsa Verde合作<br>混合蔬菜<br>香菜番茄饭<br>WG迷你白玉米饼 (2)<br>IW菠萝碎片<br>LF牛奶 (1) | 17<br>WG Cheerios<br>LF酸奶 (2)<br>菠萝橙汁与轻量牛奶 (1)<br>LF希腊藜麦鸡肉沙拉配香醋酱<br>春季混音<br>樱桃番茄<br>WG 皮塔面包<br>鹰嘴豆泥<br>香醋酱<br>IW梨<br>烤火鸡<br>配LF 酱<br>豌豆与胡萝卜<br>LF意大利奥尔佐配蔬菜界饭<br>新鲜橙子<br>LF牛奶 (1)                        | **18**<br>WG Cheerios<br>LF酸奶 (2)<br>橙汁与牛奶轻量 (1)<br>牛肉汉堡<br>WG汉堡面包配牛肉饼<br>玉米、利马豆和西红桃<br>春季混音<br>番茄芥末酱<br>自制牧场酱 LF<br>IW 热带水果混合<br>**西部日庆典**<br>鸡胸肉配棕色酱汁<br>东方蔬菜混合<br>米饭界<br>WW面包卷 (1)<br>新鲜橙子<br>苹果派<br>LF牛奶 (1) |



无乳糖送餐服务 2026年9月菜单

| 星期一                                                                                                                                                       | 星期二                                                                                                                                                                                                                 | 星期三                                                                                                                                                                                        | 星期四                                                                                  | 星期五                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| **21**                                                                                                                                                    | 22                                                                                                                                                                                                                  | 23                                                                                                                                                                                         | 24                                                                                   | 25                                                          |
| WG迷你百吉饼配SF果冻和Smart Balance。<br>LF酸奶（2）<br>橙汁与牛奶轻量（1）                                                                                                      | WG Cheerios<br>LF酸奶（2）<br>菠萝橙汁与轻量牛奶（1）                                                                                                                                                                              | WG燕麦袋<br>LF酸奶（2）<br>橙汁与牛奶轻量（1）                                                                                                                                                             | 世界政府英国松饼<br>配火鸡香肠<br>菠萝橙汁与轻量牛奶（1）                                                    | WG燕麦袋<br>WG巧克力格兰诺拉<br>LF酸奶（2）<br>橙汁与牛奶轻量（1）                 |
| 地中海鸡肉沙拉配藜麦 LF<br>黑豆玉米沙拉<br>春季混音<br>WW 面包卷（2）<br>香菜柠檬酱<br>IW 桃子队                                                                                           | 墨西哥金枪鱼沙拉<br>黄瓜番茄沙拉<br>春季混音<br>WW 面包（2）<br>仙露                                                                                                                                                                        | 大麦芒果沙拉配烤火鸡<br>玉米、利马豆和番茄沙拉<br>春季混音<br>WW晚餐卷<br>自制牧场酱 LF<br>IW 热带水果混合                                                                                                                        | 经典蛋沙拉<br>LF心脏健康鹰嘴豆沙拉<br>春季混音<br>豌豆<br>WW 面包（2）<br>IW杏                                | 布尔格鸡肉沙拉<br>配鹰嘴豆、黄瓜和蔓越莓<br>春季混音<br>豌豆<br>世界裂痕（2个角色）<br>橘子IW  |
| **秋节第一天**<br>牛肉块<br>加州蔬菜混合<br>蛋面<br>炖牛肉<br>新鲜苹果<br>LF水果酸奶美味<br>LF牛奶（1）                                                                                    | 猪里脊<br>配上LF甜柑橘酱<br>西兰花与胡萝卜<br>糙米<br>WW晚餐卷<br>新鲜苹果<br>LF牛奶（1）                                                                                                                                                        | 切丁鸡肉<br>与萨尔斯牧场合作<br>混合蔬菜<br>墨西哥左翼赖斯<br>WG白玉米饼（2）<br>IW梨<br>LF牛奶（1）                                                                                                                         | 切丁鸡肉<br>配越南焦糖酱<br>七分蔬菜<br>胡萝卜<br>茉莉米<br>IW菠萝碎片<br>LF牛奶（1）                            | LF菠菜蘑菇咸派<br>烤鸡配苹果（1）<br>混合蔬菜<br>WW 面包卷（2）<br>IW梨<br>LF牛奶（1） |
| 28                                                                                                                                                        | 29                                                                                                                                                                                                                  | 30                                                                                                                                                                                         |  |                                                             |
| 世界政府蓝莓松饼<br>LF酸奶（2）<br>菠萝橙汁与轻量牛奶（1）<br>金枪鱼沙拉<br>黑豆扁豆沙拉配茴香柠檬酱<br>WW 面包（2）<br>新鲜苹果<br>配LF酱的切片火鸡<br>左翼土豆泥<br>斯堪的纳维亚蔬菜混合<br>胡萝卜<br>WW晚餐卷<br>IW 桃子队<br>LF牛奶（1） | WW面包配SF果冻与Smart Balance。<br>WG燕麦袋<br>LF酸奶（2）<br>橙汁与牛奶轻量（1）<br>LF鸡肉面条沙拉配罂粟籽酱<br>春季混音<br>黄瓜和切片樱桃番茄<br>WW Crackers（4件装）<br>香菜柠檬酱<br>橘子IW<br>巴巴科亚牛肉<br>嘉年华蔬菜混合<br>WG迷你白玉米饼（2）<br>墨西哥左翼赖斯<br>加洛峰<br>IW 热带水果混合<br>LF牛奶（1） | WG Cheerios<br>LF酸奶（2）<br>菠萝橙汁与轻量牛奶（1）<br>烤火鸡面包<br>WW Bread（2）配烤火鸡<br>春季混音<br>地中海鹰嘴豆沙拉 LF<br>蛋黄酱与芥末酱<br>IW梨<br>三色面条<br>配帕尔马干酪 LF 干番茄酱<br>& 鸡胸肉<br>豌豆与胡萝卜<br>带智能平衡的WW晚餐卷<br>新鲜橙子<br>LF牛奶（1） |                                                                                      |                                                             |

该项目部分资金来自橙县监督委员会拨款的《联邦老龄美国人法案》。所有餐食均符合加州卫生部制定的《美国人膳食指南》DGA）2020-2025年及老年人膳食参考标准DRI）人类服务局和美国农业部。菜单中贯穿无糖甜点和含水水果，以服务糖尿病患者。每日供应1%牛奶。自愿缴纳为每天5.25美元。每周平均一餐提供>1600卡路里。钠含量每日分析，确保不超过2300毫克。任何超过2300毫克钠的餐食均以盐罐图标表示。注意：香料不被分析，可能会增加钠摄入量。特殊餐食用\*\*号表示，这些日子钠含量可能超过2300毫克。