



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
		Picadillo ¹ Ground Beef Green Beans, Carrots, and Potatoes Pinto Beans Brown Rice Tropical Fruit Cup	Pork in Green Sauce ² Black Beans Brown Rice Orange	WW Pasta and Sausage w/ Marinara Sauce ³ Kale and Cucumber with Pear Vinaigrette Salad Dressing Strawberry Jello	Grilled Chicken with Gravy ⁴ Roasted Potatoes Creamed Corn WW Bread Mandarin Orange
Pork Loin w/ Gravy ⁶ Roasted Brussel Sprouts Rice Pilaf WW Roll Apple Sauce	WW Spaghetti with Beef Meat and Marinara Sauce ⁷ Steamed Broccoli Grated Beets and Carrots Salad Balsamic Vinaigrette Banana	Beef Soup ⁸ Beef, Carrots, Cabbage, potatoes w/ Corn on the cob Corn Tortillas (2) Pineapple Cup	Grilled Fish with Garlic & Spices ⁹ Pickled Cabbage Brown Rice Tropical Fruit Cup	Cauliflower & Bell Pepper Frittata ¹⁰ (Green/Red Bell Peppers) Bechamel Sauce Beet Salad (beets and romaine) Peach Cup WW Bread	Meatloaf ¹¹ Steamed Green Beans & Corn Roasted Potatoes WW Bread Orange
Chicken Stew ¹³ (Chicken, Peas, Carrot, Potatoes) Brown Rice Apple Slices with light Agave Sauce	Pork in Green Sauce ¹⁴ Black Beans Brown Rice Melon Cup	Meatloaf ¹⁵ Steamed Green Beans, and Yellow Squash Mashed Potatoes WW Bread Orange	Chicken Paella ¹⁶ (Chicken with Sausage, Tomatoes, Peas with Rice and Saffron) Roasted Brussels Sprouts Peach Slices	Grilled Fish with Garlic & Spices ¹⁷ Pickled Cabbage Brown Rice Lemon Jello	Picadillo ¹⁸ Ground Beef Green Beans, Carrots, and Potatoes Black Beans Brown Rice Tropical Fruit Cup
Grilled Chicken with Gravy ²⁰ Roasted Potatoes Creamed Corn WW Bread Pear	Meatballs w/ Stroganoff Sauce ²¹ Meatballs in Brown Gravy Rotini Pasta with Olive Oil and Parsley Beet Romaine Salad Banana	Mexican Casserole ²² Ground Beef, Tortillas, Corn and Cheese Black Beans Pico de Gallo Lemon Jello/Orange	WW Spaghetti with Mushroom Marinara Sauce/Broccoli ²³ Grated Beets and Carrot Salad with Balsamic Vinaigrette Dressing Melon Slices	Tuna Salad Sandwich ²⁴ Carrot and Zucchini Soup WW bread (2) Raspberry Jello	Chicken with Cilantro Rice ²⁵ (Chicken, Peas & Carrots) Cauliflower Orange
CLOSED FOR MEMORIAL DAY ²⁷	Beef Chili ²⁸ (Ground Beef, with beans, celery in a tomato base sauce Collard Greens and Cornbread Tropical Fruit Cup	Chicken Salad Sandwich ²⁹ Carrot and Zucchini Soup WW bread (2) Apricots	Beef Tostadas ³⁰ Beef, Lettuce, Tomatoes and Cheese Pinto Beans with Corn Tortillas (2) Fresh Mixed Berry Cup	Cauliflower & Bell Pepper Frittata ³¹ (Green/Red Bell Peppers) Bechamel Sauce Beets and Romaine WW Bread Pineapple	



❖ **CLSF menu items may contain major food allergens. Please check-in with staff regarding menu item components.**

❖ **Some food items may not be available and a substitution may need to be made.**

This program serving the community is funded by the City of San Francisco's Department of Disability and Aging Services.
For more information: 415-861-8758



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
		Picadillo ¹ Carne molida Judías verdes, zanahorias y patatas Frijoles negros Arroz Integral Taza de Frutas Tropical	Puerco con Salsa Verde ² Frijol Pinto Arroz integral Naranja	Pasta con Salchichas en Salsa Marinara ³ Ensalada mixta, Tomate con Vinagreta Gelatina de Fresa	Pollo al Horno con Salsa ⁴ Papas Rostizadas Crema de maíz Pan WW mandarina
Lomo De Puerco con Salsa ⁶ Coles de Bruselas Asadas Pilaf de Arroz Rollo WW pure de manzana	Espagueti con Carne de Res y Salsa Marinara ⁷ Brócoli cocido al vapor Ensalada de aderezo de vinagreta balsámica remolacha y zanahoria rallada Platano	Sopa de Res ⁸ (Carne de Res, Zanahoria, papas Trozo de Elote y Repollo Tortillas de Maíz (2) Taza de Pina	Pescado Al Horno Con Ajo y especias ⁹ Repollo en vinagre Arroz Integral Taza de Fruta Tropical	Frittata de Coliflor ¹⁰ (Chile dulce verdes/ rojos) Salsa bechamel Ensalada de remolacha (remolacha y lechuga) Pan y Durazno	Pastel de Carne ¹¹ Ejotes verdes al vapor y papas Rostizadas Pan WW Naranja
Estofado de Pollo ¹³ Pollo, Guisantes, Zanahoria, Papa Arroz Integral Rodajas de manzana con salsa ligera de agave	Puerco con Salsa Verde ¹⁴ Frijol Negro Arroz integral Taza de Melon	Pastel de Carne ¹⁵ Ejotes verdes al vapor y papas Rostizadas Pan WW Naranja	Paella de Pollo ¹⁶ (Salchicha, guisantes, Zanahoria) Arroz Sazonado Brizuelas Rostizadas Trozos de Durazno	Pescado Al Horno Con Ajo y especias ¹⁷ Repollo en vinagre Arroz Integral Gelatina de Limon	Picadillo ¹⁸ Carne molida Judías verdes, zanahorias y patatas Frijoles negros Arroz Integral Taza de Frutas Tropical
Pollo al Horno con Salsa ²⁰ Papas Rostizadas Crema de maíz Pan WW Pera	Albóndigas con Salsa Stroganoff ²¹ Pasta Rotini Ensalada de Remolacha y lechuga en Aderezo Banana	Caserola Mexicana ²² (Carne Molida, Tortilla Maiz, Queso) Frijoles Negros Pico de Gallo Gelatina de Limon/Naranja	Espagueti con de Res y Salsa Marinara ²³ Brócoli cocido al vapor Ensalada de aderezo de vinagreta balsámica remolacha y zanahoria rallada Rodaja de Melon	Sandwich de Ensalada de Tuna ²⁴ Sopa de Lentejas Pan WW Gelatina de Frambuesa	Pollo con Arroz con Cilantro ²⁵ (Pollo, Guisantes, Zanahoria) Broccoli Arroz Naranja
CERRADO POR EL DIA CONMEMORATIVO ²⁷	Chili con Carne ²⁸ (Carne molida, Frijoles, Apio en Salsa de Tomate) Hojas de Repollo Pan de Maiz Fruta Tropical	Sandwich de Ensalada de Pollo ²⁹ Sopa de Zanahoria y Zucchini Pan WW Alborico	Tostadas de Carne ³⁰ Carne De Res, Lechuga, Tomate Y Queso Frijoles Pintos con Tortillas de Maíz (2) Taza de bayas frescas mixtas	Frittata de Coliflor ³¹ (Chile dulce verdes/ rojos) Salsa bechamel Ensalada de remolacha (remolacha y lechuga) WW Pan Pina	

❖ **El menú de CLSF puede contener alérgenos alimentarios. Por favor pregunta a un miembro del personal sobre los contenidos del menú.**

❖ **Algunos alimentos no serán disponibles y una sustitución será requerida.**

Este programa que brinda servicio a la comunidad está financiado por el Departamento de Servicios para Discapacidad y Personas de la Tercera Edad de la ciudad de San Francisco Para más información : 415-861-8758

