



PEOPLE FOR PEOPLE

MEALS ON WHEELS Menú No.1 Marzo 2026

Llame al (509) 426-2601 de Lunes a Viernes el día antes que guste comer y registrarse para la comida. Registro de comida termina a las 3 p.m. de Lunes a Viernes. La comida se sirve de 11 a.m. 11:30 a.m.

Donación sugerida para personas registradas de 60 años y más \$3.00/comida; menor de 60 años \$10.00 costo/comida*

Salas de Comer-Yakima: Harman Senior Center, Henry Beauchamp Community Center, Washington Fruit Community Center, Selah Civic Center, Tieton Senior Center, Union Gap Senior Center, Sunnyside Senior Center, Grandview Senior Center.

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|--|---|--|--|---|
| 3/2 Sándwich de Sloppy Joe Frijoles Horneados Ensalada de Col Fruta | 3/3 Espaguetis con Carne Ensalada Vegetales Palito de Pan Fruta | 3/4 Ravioli de Queso Vegetales Ensalada Pan de Trigo Fruta | 3/5 Pollo de Teriyaki Arroz Frito Ensalada de Pepino, Jitomate y Cebolla Pan de Trigo Fruta | 3/6 Sopa de Tocino, Papa y Maíz Sándwich de Queso Ensalada Fruta |
| 3/9 Cerdo con Pimientos Verdes y Champiñones Pure de Papa Pan de Trigo Duraznos y Requesón | 3/10 Pastel de Carne Pure de Papa Vegetales Panecillo Fruta | 3/11 Sopa de Carne Molida Ensalada de Tres Frijoles Pan de Maíz Fruta | 3/12 Sándwich Club Lechuga & Jitomate Vegetales Fruta | 3/13 Macarrones con Queso al Suroeste Vegetales Ensalada Pan de Trigo Fruta |
| 3/16 Sub Albóndigas Marinara Vegetales Ensalada Fruta | 3/17 Pollo de BBQ Frijoles Horneados Ensalada de Col Pan de Maíz Fruta | 3/18 Ziti al Horno con Salchicha Vegetales Palito de Pan Fruta | 3/19 Guiso de Tres Frijoles Papa Horneada Ensalada Pan de Maíz Fruta | 3/20 Pollo Stroganoff Vegetales Pan de Trigo Fruta |
| 3/23 Albóndigas Agridulces con Piña Arroz Vegetales Ensalada Fruta | 3/24 Quiche de Jamón y Papa Ensalada Pan de Cuerno Fruta Postre de Cumpleaños | 3/25 Pollo Cremoso con Champiñones Pure de Papa Panecillo Fruta | 3/26 Lasaña de Ternera Vegetales Palito de Pan Fruta | 3/27 Sopa de Pasta con Frijoles Sándwich de Queso Vegetales Pan de Maíz Duraznos y Requesón |
| 3/30 Sopa de Frijoles Blancos con Jamón Ensalada Pan de Trigo Fruta | 3/31 Hamburguesa con Queso Lechuga, Jitomate y Cebolla Jo Jo's Fruta | | | |

Toda la comida se sirve con mantequilla y leche de 1%; sustituciones al menú pueden ocurrir a veces *Hable con el gerente para elegibilidad.



MEALS ON WHEELS Menú No.2 Marzo 2026

Llame al (509) 426-2601 de Lunes a Viernes el día antes que guste comer y registrarse para la comida.

Registro de comida termina a las 3p.m. de Lunes a Viernes. La comida se sirve de 11 a.m. 11:30 a.m.

Donación sugerida para personas registradas de 60 años y más \$3.00/comida; menor de 60 años \$10.00 costo/comida*

Salas de Comer-Yakima: Harman Senior Center, Henry Beauchamp Community Center, Washington Fruit Community Center, Selah Civic Center, Tieton Senior Center, Union Gap Senior Center, Sunnyside Senior Center, Grandview Senior Center.

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|--|--|--|--|
| 3/2 Cerdo con Papas en Salsa de Tomatillo Ensalada de Col Tortillas Fruta | 3/3 Tacos de Pollo Lechuga y Jitomate Frijoles Refritos Fruta | 3/4 Ensalada de Tacos de Res Tostadas Fruta | 3/5 Estofado de Carne de Res y Frijoles en Salsa Verde Ensalada de Pepino, Jitomate y Cebolla Tortillas Fruta | 3/6 Chile Relleno Arroz Español Frijoles Refritos Ensalada Tortillas Fruta |
| 3/9 Pozole de Pollo Repollo y Limón Tostadas Duraznos y Requesón | 3/10 Cerdo in Salsa de Jitomate Pure de Papa Vegetales Tortillas Fruta | 3/11 Cazuela de Quesadilla de Pollo Vegetales Ensalada de Tres Frijoles Fruta | 3/12 Cazuela de Carne y Chile Relleno Vegetales Tortilla Fruta | 3/13 Carne Molida con Verduras Mixtas Ensalada Tortillas Fruta |
| 3/16 Sopa de Frijoles Pintos y Jamón Vegetales Ensalada Tortillas Fruta | 3/17 Fajitas de Res Ensalada de Col Tortillas Fruta | 3/18 Lasaña de Pollo a la Mexicana Vegetales Tortilla Fruta | 3/19 Cazuela de Tamales de Res Vegetales Ensalada Tortilla Fruta | 3/20 Cazuela de Enchilada y Frijol Negro Vegetales Tortilla Fruta |
| 3/23 Sopa de Frijoles y Taco Ensalada Tortillas Fruta | 3/24 Sopa de Pollo y Tortilla Vegetales Ensalada Tortillas Fruta Postre de Cumpleaños | 3/25 Ensalada de Pollo a la Mexicana Vegetales Tostadas Fruta | 3/26 Tamales de Cerdo Vegetales Fruta | 3/27 Barbacoa de Res Arroz Vegetales Ensalada Tortillas Duraznos y Requesón |
| 3/30 Tacos de Res Frijoles Refritos Lechuga y Jitomate Fruta | 3/31 Guiso de Camote y Frijol Negro Arroz Ensalada Tortilla Fruta | | | |

Toda la comida se sirve con mantequilla y leche de 1%; sustituciones al menú pueden ocurrir a veces *Hable con el gerente para elegibilidad