



Menú de Otoño / Invierno de Meals On Wheels of Tampa
 Noviembre 2021

1 Pollo con jengibre y naranja con arroz frito Verduras asiáticas Mini eggroll	2 Gumbo de pollo y pavo con chorizo sobre arroz integral Quimbombó y tomates Pan de maíz	3 Carne de Res en Rodajas con Champiñones Papas rostizadas Zanahorias con miel	4 Lasagna de vegetales Mezcla de verduras de invierno Manzanas calientes especiadas	5 Pollo Alfredo con Fettuccine de grano entero Brócoli cocido al vapor Melocotones calientes
8 Tazón de pollo con palomitas de maíz con puré de papas Maíz dulce Judías verdes	9 Lonchas de cerdo con arroz amarillo Frijoles negros Plátanos	10 Cazuela De Enchilada De Pollo Calabaza Chayote Fiesta Maíz	11 Ziti al horno con pollo Brócoli sazonado Compota de frutas	12 Frijoles rojos y arroz Brócoli y champiñones Berza verdes
15 Estofado de Ternera con Patatas sobre fideos de huevo Espinacas Calabaza butternut	16 Pollo agridulce con arroz integral Salteado de verduras chinas Repollo asado	17 bistec picado con salsa de tomate sobre puré de papas Guisantes y cebollas perla Mezcla de verduras caribeñas	18 Pollo desmenuzado y orzo Judías verdes Remolacha asada	19 Tetrazzini de pavo Mezcla de verduras de invierno Manzana crujiente
22 Pastel de pollo con galleta Habas Peras especiadas	23 Cerdo desmenuzado con arroz exótico Camote y calabacín asados Piña especiada	24 Papa al horno con frijoles, tocino de pavo, queso y cebollino Brócoli cocido al vapor Zanahorias	25 Comida de vacaciones	26 Chile de Frijoles Blancos con Pavo Arroz integral Coliflor de buffalo
29 Pollo con jengibre y naranja con arroz frito Verduras asiáticas Mini eggroll	30 Gumbo de pollo y pavo con chorizo sobre arroz integral Quimbombó y tomates Pan de maíz			

Todos los elementos del menú están sujetos a cambios según la disponibilidad del producto. Gracias de antemano por su comprensión.