

# 聖塔克拉拉縣長者營養午餐項目菜單

地址: SUNNYVALE – 535 Old San Francisco Rd (408) 739-0833

菜單可上網查看: [www.sunnyvale-snp.org](http://www.sunnyvale-snp.org)

鹽含量高: 

全素食物: 

有利大腦健康: 

**2026年2月份**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
<b>豬肉 Taco 玉米餅 2</b> 嘉年華玉米粒 炸豆泥 卷心菜胡蘿蔔沙拉 鮮蜜橘	<b>雞肉奶油意麵 3</b> 即全麥意大利麵 西藍花和花椰菜 西葫蘆 鮮蘋果	<b>烤鱼片 4</b> 全麥麵包卷 花樣烘土豆 豌豆和胡蘿卜 新鮮橙子	<b>火雞辣椒 5</b> 主菜: 紅甜椒, 玉米, 番茄 青菜胡蘿蔔絲沙拉 玉米粉糕 鮮哈密瓜	<b>雞肉阿尔弗雷多 6</b> 全麥意大利麵 西藍花和花椰菜 西葫蘆 鮮香蕉
<b>檸檬胡椒羅非魚 9</b> 全麥小麵包 烤紅薯 五味雜拌蔬菜 鮮蘋果	<b>碗裝照燒雞肉黃米飯 10</b> 小油菜、紅甜椒、西藍花 和蘑菇 鮮蜜橘	<b>牛肉滷蓋澆意大利麵 11</b> 玉米 凱撒沙拉 鮮橙子	<b>脆皮鱈魚排 12</b> 蒸粗麥粉飯 青豆 花椰菜和胡蘿卜 新鮮哈密瓜	<b>BBQ 燒烤排骨 13</b> 全麥小麵包 花樣烘土豆 加勒比雜拌菜 鮮香蕉
<b>馬丁路德金節假日 16</b> 	<b>愛爾蘭式燉牛肉 17</b> 全麥麵包卷 主菜: 土豆胡蘿蔔芹菜 鮮橘	<b>啤酒裏麵炸鱈魚 18</b> 菰米飯 冬南瓜, 白菜花 鮮蘋果	<b>牛肉炒菜 19</b> 黃米飯 卷心菜沙拉 鮮哈密瓜	<b>烤豬里肌 20</b> 全麥麵包卷 奶油焗土豆片 抱子甘藍 鮮香蕉
<b>索尔兹伯里牛排 23</b> 全麥麵包卷 土豆泥 五味雜拌蔬菜 鮮橘	<b>香腸彩椒蘑菇橄欖披薩 24</b> 煮雞蛋  青菜沙拉 蜜橘	<b>雞藍帶-奶酪火腿雞排卷 25</b> 全麥麵包卷 奶油焗土豆片, 胡蘿卜和西藍花 鮮蘋果	<b>碗裝毛豆蕎麥麵 26</b>  拌有鷹嘴豆、烤西兰花、白 菜、蘑菇、洋蔥、胡蘿卜和紅 甜椒 鮮哈密瓜	<b>烘烤三門魚排 27</b>  全麥麵包卷 烤冬南瓜, 白菜花 鮮香蕉
				

60歲和以上的長者, 請每餐向營養午餐活動捐助5美元

## Sunnyvale 市提供補助費用

每餐含 750-900 毫克的鹽。  
 所有午餐都供牛奶。  
 菜單會有更動。  
 訪客每餐交餐費 9 美元。

