

聖塔克拉拉縣長者營養午餐項目菜單

鹽含量高: 

全素食物: 

有利大腦健康: 

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

菜單可上網查看: www.sunnyvale-snp.org

2026年4月份

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
索尔兹伯里牛排 30 全麥麵包卷 土豆泥 五味雜拌蔬菜 鮮橘	香腸彩椒蘑菇橄欖披薩 31 煮雞蛋  青菜沙拉 蜜橘	雞藍帶-奶酪火腿雞排卷 1 全麥麵包卷 奶油土豆片, 胡蘿卜和西藍花 鮮蘋果	碗裝毛豆雜糧麵  2 拌有鷹嘴豆、烤西藍花、白菜、蘑菇、洋葱、胡蘿卜和紅甜椒 鮮哈密瓜	烘烤三門魚排  3 全麥麵包卷 烤冬南瓜, 白菜花 鮮香蕉
脆皮豬肉 Taco 玉米餅 6 嘉年華玉米粒 炸豆 卷心菜胡蘿蔔沙拉 鮮橘	烤牛肉片 7 全麥麵包卷 土豆泥 西蘭花 鮮蘋果	烤鱼片  8 全麥麵包卷 花樣烘土豆 豌豆和胡蘿卜 鮮橘	辣醬調料美式火雞肉 9 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	蒜香奶焗雞肉義大利麵 10 全麥意大利麵 西藍花和花椰菜 西葫蘆 鮮香蕉
外帶午餐 13 小扁豆費塔起司沙拉 全麥麵包 菠菜 焗烤馬鈴薯 蜜柑	外帶午餐 14 嘉年華雞肉 玉米粉餅 嘉年華素什錦 香菜捲心菜沙拉 熱帶水果	外帶午餐 15 豬里肌佐肉汁 全麥小餐包 抱子甘藍、豌豆與紅蘿蔔 鮮蘋果	外帶午餐 16 薯脆鱈魚配奶油紅椒醬 蒜香帕瑪森黃米飯 四色綜合蔬菜 青花菜 鳳梨丁	外帶午餐 17 薑椒牛肉餅 全麥麵包 紅薯 四季豆 鮮橙
檸檬胡椒羅非魚  20 全麥小麵包 烤紅薯 五味雜拌蔬菜 鮮蘋果	烘烤雞胗 21 全麥小餅乾 花樣烘土豆 菠菜 蜜橘	牛腩 22 全麥麵包卷 焗黃豆 豌豆和胡蘿卜 鮮橘	脆皮鱈魚排  23 蒸粗麥粉飯 青豆 花椰菜和胡蘿卜 新鮮哈密瓜	BBQ 燒烤排骨 24 全麥小麵包 花樣烘土豆 加勒比雜拌菜 鮮香蕉
橘香雞段 27 配炒青菜, 黃米飯 捲心菜沙拉 鮮哈密瓜	愛爾蘭式燉牛肉 28 全麥麵包卷 主菜: 土豆胡蘿蔔芹菜 鮮橘	烤啤酒裏麵鱈魚  29 菰米飯 冬南瓜, 白菜花 鮮蘋果	牛肉肉餅 30 全麥麵包 土豆泥 加勒比雜拌菜 蜜橘	

60歲和以上的長者, 敬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。

