

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6月份

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
橘香雞段 1 配炒青菜, 黃米飯 捲心菜沙拉 鮮哈密瓜	愛爾蘭式燉牛肉 2 全麥麵包卷 主菜: 土豆胡蘿蔔芹菜 鮮橘	烤啤酒裏麵鱈魚  3 菰米飯 冬南瓜, 白菜花 鮮蘋果	牛肉肉餅 4 全麥麵包 土豆泥 加勒比雜拌菜 蜜橘	烤豬里肌 5 全麥麵包卷 奶油焗馬鈴薯 抱子甘藍 鮮香蕉
索尔兹伯里牛排 8 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 9 煮雞蛋  青菜沙拉 蜜橘	雞藍帶-奶酪火腿雞排卷 10 全麥麵包卷 奶油土豆片, 胡蘿蔔和西藍 花 鮮蘋果	碗裝毛豆雜糧麵  11 拌有鷹嘴豆、烤西藍花、白 菜、蘑菇、洋蔥、胡蘿蔔和紅 甜椒 鮮哈密瓜	烘烤三門魚排  12 全麥麵包卷 烤冬南瓜, 白菜花 鮮香蕉
田園式雞派 15 配五味雜拌青菜 全麥小餅乾 西紅柿青菜沙拉 鮮哈密瓜	烘烤裏面比目魚  16 藜麥什錦 抱子甘藍 豌豆泥 鮮蘋果	烘烤雞胗 17 全麥小餅乾 烤土豆拼盤 菠菜 蜜橘	牛腩 18 全麥麵包卷 焗黃豆 豌豆和胡蘿蔔 鮮橘	馬丁路德金節假日休息 19 
豬肉 Taco 玉米餅 22 嘉年華玉米粒 炸豆 卷心菜胡蘿蔔沙拉 鮮橘	烤牛肉片 23 全麥麵包卷 土豆泥 西蘭花 鮮蘋果	烤鱼片  24 全麥麵包卷 花樣烘土豆 豌豆和胡蘿蔔 鮮橘	火雞辣椒  25 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	雞肉阿尔弗雷多 26 全麥意大利麵 西藍花和花椰菜 西葫蘆 鮮香蕉
檸檬胡椒羅非魚  29 全麥小麵包 烤紅薯 五味雜拌蔬菜 鮮蘋果	照燒雞肉黃米飯碗 30 小油菜、紅甜椒、西藍花 和蘑菇 鮮蜜橘			

60歲和以上的長者，建議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。

