

ALLEGHENY COUNTY DEPARTMENT OF HUMAN SERVICES
 AREA AGENCY ON AGING
 NUTRITION DEPARTMENT
 January 2 - January 31, 2019

Mon	Tue	Wed	Thurs	Fri
	1/1/19 New Year's Day 	1/2/19 照燒牛肉配 西蘭花 晚餐卷 麵條 菠蘿削減	1/3/19 切土耳其 豌豆與洋蔥 多穀物麵包 蒸粗麥粉, 番茄 & zucchini 桃切	1/4/19 釀白菜 大蒜土豆 胡蘿蔔幣 黑麥麵包 香蕉
	1/7/19 魚 土豆配奶酪 燉西紅柿 & zucchini 多穀物麵包 草莓水果 & 穀物吧	1/8/19 土耳其帕蒂 用醬汁 菠菜沙拉 小麥麵包 Haluski 水果雞尾酒	1/9/19 蘋果酒燉牛肉 (牛肉, 芹菜, 洋蔥, 胡蘿蔔, 土豆, 小麥卷 糙米 橙子	1/10/19 雞胸肉 美食土豆 Italian Green Beans 用紅辣椒 小麥麵包 桃切
1/14/19 土耳其肉汁 西班牙米飯 胡蘿蔔幣 小麥麵包 橙子	1/15/19 無骨豬肉 白胡桃南瓜 花椰菜小花 蜂蜜小麥麵包 富士蘋果	1/16/19 Bow Ties Pasta 肉丸子 醬 混合蔬菜 意大利麵包 菠蘿削減	1/17/19 雞腿 & 大腿與肉汁 歐芹土豆 西蘭花 多穀物麵包 香蕉	1/18/19 Pepper Steak 土豆, 青椒, 洋蔥, 蘑菇, 番茄 晚餐卷 蘋果醬蛋糕
1/21/19 Center Closed 	1/22/19 Shredded BBQ Beef 糙米抓飯 混合蔬菜 小麥麵包 橙子	1/23/19 Meatloaf with Gravy 大蒜土豆 豌豆與洋蔥 肉桂 蘋果醬	1/24/19 雞胸肉 意大利西紅柿醬 土豆配奶酪 西蘭花 晚餐卷 香蕉	1/25/19 魚 通心粉和奶酪 Italian Green Beans 多穀物麵包 Gala Apple
1/28/19 烤牛肉 土豆 綠豆 沙鍋 小麥麵包 Macintosh Apple	1/29/19 科尼島熱狗配 牛肉醬 豆與紅辣椒 小麥麵包 橙子	1/30/19 土耳其阿拉金 歐芹土豆 西蘭花 蜂蜜小麥麵包 香蕉	1/31/19 意大利面 肉醬 拌沙拉 小麥卷 菠蘿 & 橘子 圖牛頓	

All meals include a choice of milk. Menus are subject to change if necessary due to supply and/or emergency.

Please be advised that food served may contain one of the following ingredients: milk, egg, fish (cod, tilapia), crustacean shellfish (crab, shrimp), tree nuts (almonds, pecans, walnuts), wheat, peanuts, soybeans.