

SENIOR NUTRITION PROGRAM

MENU MAY - 2024

- Please register online at www.sccgov.org/snpsignup
- Registration and reservations are required.
- To reserve a meal, call VASC at 408-518-6200



COUNTY OF SANTA CLARA
VASC
 Vietnamese American Service Center
 Trung Tâm Phục Vụ Việt Mỹ
 Centro de Servicio Vietnamita Americano

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
Grilled Honey Glazed Chicken ²⁹ Lettuce, Tomato, Cucumber & Carrots Brown Rice Mushroom & Tofu Stir-Fry	Pot Roast Beef Stew ³⁰ Carrots & Onions French Bread Vegetarian Hot n' Spicy Beef Noodle Soup	Braised Pork & Egg ¹ Steamed Cabbage Carrots Brown Rice Braised Tofu w/ Bamboo Shoots	Braised Lemongrass Chicken ² Carrots & Baby Bok Choy Brown Rice Braised Chili Lemongrass Tofu	Roasted Pork Loin ³ Cauliflower & Cabbage Brown Rice Braised Eggplant with Tofu	Chicken Burrito ⁴ Chicken, Spanish Brown Rice, Pinto Bean, Lettuce, Tomato Vegetarian Braised Fish
Vietnamese Meatloaf ⁶ Glass Noodles, Eggs, Pork, Wood Ear Mushrooms & Seasonal Squash Brown Rice Vegetarian Beef Stir-Fry	Baked Fish in Tamarind Sauce ⁷ Baby Bok Choy & Carrots Brown Rice Braised Chili Lemongrass Vegetarian Fish	Stir-Fried Noodles w/ Pork ⁸ Onions, Cabbage & Carrots Rice Noodle Vegetarian Pork & Turmeric Noodle	Beef Porridge ⁹ Sweet Potatoes, Carrots Peas, Cabbage, Onions Brown Rice Porridge Braised Vegetarian Beef w/ Pickled Mustard Greens	B.B.Q. Pork Ribs ¹⁰ Vietnamese Coleslaw Cabbage & Onions Brown Rice Sweet and Sour Vegetarian Chicken	Stewed Chicken Mushroom ¹¹ Chicken, Seasonal Vegetable & Carrot Brown Rice Braised Chili Lemongrass Tofu
Baked Fish w/ Pineapple Salsa ¹³ Broccoli, Cabbage & Carrots Brown Rice Braised Mixed Vegetables	Vietnamese Pork Meatballs ¹⁴ Lettuce, Tomato, Cucumber, Carrots Brown Rice Stewed Tofu with Tomato	Roasted Chicken Leg ¹⁵ Steamed Cabbage, Cauliflower & Carrots Brown Rice Vegetarian Braised Chicken Thing	No Senior Nutrition Program	Teriyaki Chicken ¹⁷ Broccoli & Carrots Brown Rice Braised Tofu with Bamboo Shoots	Caramelized Shrimps & Pork ¹⁸ Lettuce, Tomatoes & Cucumber Salad, Brown Rice Braised Seitan with Tofu
Grilled Honey Glazed Chicken ²⁰ Lettuce, Tomato, Cucumber & Carrots Brown Rice Mushroom & Tofu Stir-Fry	Pot Roast Beef Stew ²¹ Carrots & Onions French Bread Vegetarian Hot n' Spicy Beef Noodle Soup	Braised Pork & Egg ²² Steamed Cabbage Carrots Brown Rice Braised Tofu w/ Bamboo Shoots	Chicken Ragout ²³ Baby Bok Choy, Carrots & Potato in the Ragu Brown Rice Braised Chili Lemongrass Tofu	Roasted Pork Loin ²⁴ Cauliflower & Cabbage Brown Rice Braised Eggplant with Tofu	Grilled Fish ²⁵ Sautéed Garlic Seasonal Vegetables Brown Rice Vegetarian Braised Fish
	Chicken Curry ²⁸ Potatoes, Carrots Onion & Seasonal Squash Brown Rice Tofu Curry	Lemongrass Chili Fish ²⁹ Baby Bok Choy and Carrots Brown Rice Braised Chili Lemongrass Vegetarian Fish	Grilled Pork Chop ³⁰ Lettuce, Tomato, Cucumber, Carrots Brown Rice Braised Eggplant with Tofu	Beef Broccoli ³¹ Broccoli & Onion Brown Rice Vegetarian Beef & Broccoli Stir-Fry	Pho - Vietnamese Chicken Soup ¹ Bean Sprouts, Onion & Cilantro, Rice Noodles Vegetarian Crab & Shrimp Vermicelli Soup

Menu is subject to change without notice. Please check the VASC website for the latest updates. VASC.SCCGOV.ORG

Chương Trình Dinh Dưỡng cho Người Cao Niên tại VASC

THỰC ĐƠN THÁNG 5 - 2024

· Vui lòng ghi danh trên mạng tại www.sccgov.org/snpsignup
 · Phải ghi danh và đặt hẹn trước.
 · Để đặt hẹn, hãy gọi VASC theo số 408-518-6200



COUNTY OF SANTA CLARA
VASC
 Vietnamese American Service Center
 Trung Tâm Phục Vụ Việt Mỹ
 Centro de Servicio Vietnamita Americano

THỨ HAI	THỨ BA	THỨ TƯ	THỨ NĂM	THỨ SÁU	THỨ BẢY
Gà Nướng Mật Ong 29 Xà Lách, Cà Chua Dưa Leo, Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Nấm Xào Đậu Hũ	Bò Kho Bánh Mì 30 Cà Rốt & Hành Tây Bánh Mì ----- Bún Bò Huế Chay	Thịt Kho Trứng 1 Bắp Cải Hấp Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Măng Kho Đậu Hũ	Gà Kho Sả Ớt 2 Cải Thìa Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Đậu Hũ Kho Sả Ớt	Heo Nướng Sả 3 Bông Cải Trắng Bắp Cải CƠM GẠO NÂU ----- Cà Tím Kho Đậu Hũ	Bánh Burrito Gà 4 Xà Lách, Cà Chua Đậu Cúc CƠM GẠO NÂU MỀ ----- Cá Kho Chay
Chả Trứng Hấp 6 Thịt Heo Xay, Trứng với Miến, Nấm Mộc Nhĩ Bí Đào CƠM GẠO NÂU ----- Bò Xào Chay	Cá Nướng Sốt Me 7 Cải Thìa Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Cá Chay Kho Sả Ớt	Hủ Tiếu Xào Heo 8 Bắp Cải, Cà Rốt và Hành Tây Hủ Tiếu ----- Mì Quảng Chay	Cháo Bò 9 Khoai Lang, Cà Rốt, Đậu Hà Lan, Bắp Cải, Hành Tây Cháo Gạo Nâu ----- Dưa Cải Chua Xào Bò Chay	Sườn Nướng 10 Gỏi Bắp Cải Hành Tây CƠM GẠO NÂU ----- Gà Chay Xào Chua Ngọt	Gà Kho (Om) Nấm 11 Rau Cải Theo Mùa Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Đậu Hũ Kho Sả Ớt
Cá Nướng 13 Bông Cải Xanh, Bắp Cải Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Thập Cẩm Kho Chay	Xíu Mại 14 Xà Lách, Cà Chua, Dưa Leo, Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Đậu Hũ Hầm Cà Chua	Đùi Gà rô Ti 15 Cải Hấp, Bông Cải Trắng Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Đùi Gà Kho Chay	Không có Chương Trình Dinh Dưỡng cho Người Cao Niên	Gà Teriyaki 17 Bông Cải Xanh Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Măng Kho Đậu Hũ	Tôm Rang Thịt 18 Xà Lách Trộn với Cà Chua, Dưa Leo CƠM GẠO NÂU ----- Mì Cắn Kho Đậu Hũ
Gà Nướng Mật Ong 20 Xà Lách, Cà Chua Dưa Leo, Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Nấm Xào Đậu Hũ	Bò Kho Bánh Mì 21 Cà Rốt & Hành Tây Bánh Mì ----- Bún Bò Huế Chay	Thịt Kho Trứng 22 Bắp Cải Hấp Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Măng Kho Đậu Hũ	Gà Ragu 23 Cải Thìa, Khoai Tây Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Đậu Hũ Kho Xả Ớt	Heo Nướng Sả 24 Bông Cải Trắng Bắp Cải CƠM GẠO NÂU ----- Cà Tím Kho Đậu Hũ	Cá Nướng 25 Bông Cải Xanh, Bắp Cải Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Thập Cẩm Kho Chay
	Cà Ri Gà 28 Khoai Tây, Cà Rốt, Hành Tây, Bí Đào CƠM GẠO NÂU ----- Cà Ri Đậu Hũ	Cá Nướng Sả Ớt 29 Cải Thìa Cà Rốt CƠM GẠO NÂU ----- Cá Chay Kho Sả Ớt	Heo Nướng Sả 30 Bông Cải Trắng Bắp Cải CƠM GẠO NÂU ----- Cà Tím Kho Đậu Hũ	Bò Xào Bông Cải 31 Bông Cải Xanh Hành Tây CƠM GẠO NÂU ----- Bò Xào Bông Cải Chay	Phở Gà 1 Giá Đậu Hành Tây và Ngò Bánh Phở ----- Bún Riêu Cua Chay

Thực đơn có thể thay đổi. Vui lòng cập nhật thông tin mới nhất tại trang mạng của VASC. VASC.SCCGOV.ORG

PROGRAMA DE NUTRICIÓN PARA ADULTOS MAYORES

MENÚ MAYO- 2024

- Por favor regístrese en línea en: www.sccgov.org/snpsignup
- Registración previa es requerida.
- Para reservar una comida, llame al 408-518-6200



COUNTY OF SANTA CLARA
VASC
 Vietnamese American Service Center
 Trung Tâm Phục Vụ Việt Mỹ
 Centro de Servicio Vietnamita Americano

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Pollo graseado con miel a la parrilla ²⁹ Lechuga, tomate, pepino y zanahorias Arroz integral Salteado de setas y tofu	Estofado de Carne Asada ³⁰ Zanahorias y cebollas Pan francés Sopa picante de fideos de res vegetariana	Cerdo braseado con huevo ¹ Repollo al vapor y zanahorias Arroz integral Tofu braseado con brotes de bambú	Pollo con hierba limón braseado ² Zanahorias y repollo chino arroz integral Tofu braseado con chile a la hierba limón	Lomo de cerdo asado ³ Coliflor y repollo Arroz integral Berenjena braseada con tofu	Burrito de pollo ⁴ Pollo, Arroz Integral Español, Frijol Pinto, Lechuga, Tomate Pescado vegetariano braseado
Pastel de Carne con Huevo vietnamita ⁶ Fideos transparentes, huevo, cerdo, lechuga y calabaza de temporada arroz integral Salteado de carne de res vegetariano	Pescado horneado en Salsa de Tamarindo ⁷ repollo chino y zanahorias arroz integral Fideos con cerdo vegetariano y cúrcuma	Fideos Fritos con cerdo ⁸ Repollo, zanahorias y cebollas Fideos de arroz Fideos con cerdo vegetariano y cúrcuma	Papilla con res ⁹ Papas dulces, zanahorias, chicharos, repollo y cebollas Papilla de arroz integral Res vegetariano braseado con hojas de mostaza en escabeche	Costillas de cerdo a la Barbacoa ¹⁰ Ensalada vietnamita de repollo y cebolla Arroz integral Pollo agridulce vegetariano	Pollo Guisado Con Champiñones ¹¹ Arroz Integral, Verduras De Temporada Zanahoria Tofu estofado con chile y limoncillo
Pescado al horno con salsa de piña ¹³ Brócoli y repollo y Zanahorias Arroz integral Braseado de verduras mixtas	Albóndigas vietnamitas de cerdo ¹⁴ Lechuga, tomate, pepino, zanahorias Arroz integral Estofado de tofu con tomate	Pierna de Pollo Asado ¹⁵ Coliflor al vapor Repollo y zanahorias Arroz integral Muslo de pollo braseado vegetariano	<p style="text-align: center;">No Programa de Nutrición para personas mayores</p>	Teriyaki de Pollo ¹⁷ Brocoli y Zanahorias arroz integral Tofu braseado con brotes de bambú	Cerdo y camarones caramelizados ¹⁸ Lechuga, tomate, ensalada de pepino Arroz integral Seitán braseado con tofu
Pollo graseado con miel a la parrilla ²⁰ Lechuga, tomate, pepino y zanahorias Arroz integral Salteado de setas y tofu	Estofado de Carne Asada ²¹ Zanahorias y cebollas Pan francés Sopa picante de fideos de res vegetariana	Cerdo Sazonado a la parrilla ²² Lechuga, pepino, germinado de soya y hojas de menta Fideos de arroz Cerdo vegetariano a la parrilla con fideos de arroz rallados	Ragú De Pollo ²³ Baby Bok Choy, Patata & Zanahorias Arroz Integral Tofu estofado con chile y limoncillo	Lomo de cerdo asado ²⁴ Coliflor y repollo Arroz integral Berenjena braseada con tofu	Pescado a la parrilla ²⁵ Salteado de vegetales de temporada y ajo Arroz integral Pescado vegetariano braseado
	Curry de pollo ²⁸ Papas, zanahorias cebollas y calabaza de temporada Arroz integral Tofu Curry	Pescado a la lemongrass y chili ²⁹ Repollo al vapor y zanahorias Arroz integral Pescado vegetariano braseado con chile a la hierba limón	Lomo de cerdo asado ³⁰ Coliflor y repollo Arroz integral Berenjena braseada con tofu	Carne de res con brócoli ³¹ Brócoli y cebolla Arroz Integral Salteado de res vegetariano y brócoli	Pho- Sopa de pollo vietnamita ¹ Germinado de soya, cebollas y cilantro Fideos de arroz Sopa vermicelli de cangrejo y camarones vegetariana

El menú está sujeto a cambios sin previo aviso. Consulte el website del VASC para obtener las últimas actualizaciones. VASC.SCCGOV.ORG