

Lunch Menu - Star Senior Center (650 W 187 Street 212-781-8331 starseniorcenter.org)

<p>8/2/21</p> <p>BAKED CHICKEN / Pollo al Horno</p> <p>APPLE SWEET POTATOES / Batata Asada c/Manzana</p> <p>STEAMED BROCCOLI / Brócoli al Vapor</p>	<p>8/3/21</p> <p>BAKED BREADED FISH / Pescado Empanado al Horno</p> <p>BROWN RICE W/PIGEON PEAS / Arroz integral con Guandules</p> <p>STEAMED SPINACH / Espinaca al Vapor</p>	<p>8/4/21</p> <p>BAKED TURKEY BREAST / Pechuga de Pavo Asada</p> <p>COLLARD GREENS / Verdes de Berza</p> <p>GARLIC MASHED POTATOES / Papas Majadas c/Ajo</p>	<p>8/5/21</p> <p>GRILLED CHICKEN BREAST / Pechuga de Pollo a la Parrilla</p> <p>BAKED SWEET POTATO / Batata Asada</p> <p>ROASTED BROCCOLI / Brócoli Asado</p>	<p>8/6/21</p> <p>SPANISH-STYLE BEEF STEW / Carne de Res Guisada</p> <p>BLACK BEANS & RICE / Frijoles Negros y Arroz</p> <p>BRAISED COLLARD GREENS / Coles Verdes Estofados</p>
<p>8/9/21</p> <p>STEWED CHICKEN BREAST / Pollo Guisado</p> <p>BROWN RICE W/PIGEON PEAS / Arroz integral con Guandules</p> <p>NORMANDY BLEND VEG. / Vegetales Mezcla Normandia</p>	<p>8/10/21</p> <p>BAKED CHICKEN / Pollo al Horno</p> <p>BOWTIE PASTA / Pasta Corbata</p> <p>STEAMED CABBAGE / Repollo al Vapor</p>	<p>8/11/21</p> <p>BEEF MEATBALLS IN TOMATO SAUCE / Albóndigas de Res en Salsa Tomate</p> <p>SPAGHETTI / Espaguetis</p> <p>STEAMED GREEN BEANS / Habichuelas Tiernas al Vapor</p>	<p>8/12/21</p> <p>ROASTED PORK SHOULDER / Pernil</p> <p>YELLOW RICE & PIGEON PEAS / Arroz con Guandules</p> <p>BRAISED COLLARD GREENS / Coles Verdes Estofados</p> <p>YELLOW SQUASH / Calabaza Amarilla</p>	<p>8/13/21</p> <p>BAKED FISH W/GARLIC / Pescado Asado con Ajo</p> <p>ROASTED BROCCOLI / Brócoli Asado</p> <p>ROASTED POTATOES / Papas Horneadas</p>
<p>8/16/21</p> <p>BEEF STROGANOFF W/NOODLES / Stoganoff de Carne c/Fideos</p> <p>STEAMED SPINACH / Espinaca al Vapor</p>	<p>8/17/21</p> <p>BAKED CHICKEN / Pollo al Horno</p> <p>BROWN RICE W/KIDNEY BEANS / Arroz Integral c/Habichuelas Rojas</p> <p>STEAMED BROCCOLI / Brócoli al Vapor</p>	<p>8/18/21</p> <p>BAKED PORK CHOPS / Chuleta de Cerdo Asada</p> <p>BRAISED COLLARD GREENS / Coles Verdes Estofados</p> <p>MASHED SWEET POTATOES / Puré de Batata</p>	<p>8/19/21</p> <p>VEGETABLE LASAGNA / Lasagna de Vegetales</p> <p>STEAMED GREEN BEANS / Habichuelas Tiernas al Vapor</p>	<p>8/20/21</p> <p>BAKED BREADED FISH / Pescado Empanado al Horno</p> <p>GARLIC MASHED POTATOES / Papas Majadas c/Ajo</p> <p>ROASTED BROCCOLI / Brócoli Asado</p>
<p>8/23/21</p> <p>BBQ PULLED PORK / BBQ de Cerdo</p> <p>BROWN RICE / Arroz integral</p> <p>BRAISED COLLARD GREENS / Coles Verdes Estofados</p>	<p>8/24/21</p> <p>BEEF MEATBALLS IN TOMATO SAUCE / Albóndigas de Res en Salsa Tomate</p> <p>WHOLE WHEAT SPAGUETTI / Espagueti de Trigo Entero</p> <p>STEAMED GREEN BEANS / Habichuelas Tiernas al Vapor</p> <p>YELLOW SQUASH / Calabaza Amarilla</p>	<p>8/25/21</p> <p>STEWED CHICKEN BREAST / Pollo Guisado</p> <p>BROWN RICE / Arroz integral</p> <p>STEWED BEANS / Habichuelas Guisadas</p> <p>STEAMED CARROTS / Zanaorias al Vapor</p>	<p>8/26/21</p> <p>BEEF STROGANOFF W/NOODLES / Stoganoff de Carne c/Fideos</p> <p>STEAMED SPINACH / Espinaca al Vapor</p>	<p>8/27/21</p> <p>BAKED FISH FILLETS / Filete de Pescado Asado</p> <p>GARLIC MASHED POTATOES / Papas Majadas c/Ajo</p> <p>ROASTED BROCCOLI / Brócoli Asado</p>
<p>8/30/21</p> <p>BAKED TURKEY BREAST / Pechuga de Pavo Asada</p> <p>GARLIC MASHED POTATOES / Papas Majadas c/Ajo</p> <p>ITALIAN CUT GREEN BEANS / Habichuelas Tiernas Italiana</p>	<p>8/31/21</p> <p>STEWED CHICKEN BREAST / Pollo Guisado</p> <p>BLACK BEANS & RICE / Frijoles Negros y Arroz</p> <p>STEAMED CARROTS / Zanaorias al Vapor</p>	<p>9/1/21</p> <p>VEGETABLE LASAGNA / Lasagna de Vegetales</p> <p>STEAMED BROCCOLI / Brócoli al Vapor</p>	<p>9/2/21</p> <p>BAKED BREADED FISH / Pescado Empanado al Horno</p> <p>COLLARD GREENS / Verdes de Berza</p> <p>ROASTED POTATOES / Papas Horneadas</p>	<p>9/3/21</p> <p>ROASTED PORK SHOULDER / Pernil</p> <p>BROWN RICE W/PIGEON PEAS / Arroz integral con Guandules</p> <p>STEAMED SPINACH / Espinaca al Vapor</p>