



CENTRO LATINO de SAN FRANCISCO

EST. 1985

Community inspired nutrition and supportive services



SAN FRANCISCO HUMAN SERVICES AGENCY
Department of Disability and Aging Services

1656 15th St. SF, CA 94103

For more information: 415-861-8758

November 2024

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				Cauliflower & Bell Pepper Frittata ¹ (Green/Red Bell Peppers) Bechamel Sauce Steamed Green Beans Beets and Romaine Pineapple Cup	Pulled Pork ² Roasted Potatoes Quinoa with Peas & Carrots WW Roll Apple Sauce
WW Spaghetti with Meat and Red Bell Pepper Sauce ⁴ Spinach & Orange Salad Pineapple Cup	Chicken Paella ⁵ Chicken,Sausage, Tomatoes Peas With WW Rice And Saffron Seasoning Roasted Brussel Sprouts Peach Slice	Grilled Fish Tacos ⁶ Corn, Tomatoes, Onion And Cilantro Relish Cole slaw Corn Tortilla(2) Banana	Pork Posole ⁷ Pork, Hominy, Mild Red And Green Chile Cabbage, Radish And Onion Corn tostadas (2) Pineapple cup	Creamy Chicken and Potato Soup ⁸ Chicken With Diced Potatoes Carrots And Corn Dried Chives Apricot Cup	Picadillo (Beef with Mixed Vegetables) ⁹ Brown Rice Beans Tropical Fruit
Hamburgers ¹¹ Hamburger Patty With Bun And Lettuce, Tomato, Onions And Cheese Baked Beans Melon Slices	Tuna Sandwich ¹² Sweet Potatoes and Lentil Soup WW Bread (2) Orange	CLOSED FOR MAINTENANCE ¹³	Pork in Green Sauce ¹⁴ Black Beans Brown Rice Peach Cup	Veggie Casserole ¹⁵ Zucchini,Carrot,Olive, Tortilla,Spinach, Cheese Pinto Beans Mixed Green/ Cherry Tomato Salad Pears Cup	Grilled Chicken with Gravy ¹⁶ Roasted Potatoes Corn WW Bread Mandarin Cup
Pulled Pork ¹⁸ Roasted Potatoes Quinoa with Peas & Carrots WW Roll Apple Sauce	Grilled Fish With Garlic & Spices ¹⁹ Sweet Potatoes Pickled Cabbage Tropical fruit cup	Beef Soup ²⁰ Beef corn on the cob Potatoes,cabbage,Carrot Corn Tortillas (2) Melon Cup	Chicken Alfredo Pasta Bake ²¹ Chicken Breast and Parmesan Cheese WW Rotini Pasta and Dried Basil Lemon Jello	Cauliflower & Bell Pepper Frittata ²² (Green/Red Bell Peppers) Bechamel Sauce Steamed Green Beans Beets and Romaine Pineapple Cup	Beef Tacos ²³ Beef,Lettuce, Tomatoes and Cheese Pinto Beans with Corn Tortillas (2) Orange
Chicken Stew ²⁵ (Chicken, Peas, Carrot, Potatoes) Brown Rice Apple Slices w/light Agave Syrup	Pork in Green Sauce ²⁶ Black Beans Brown Rice Peach Cup	Meatloaf ²⁷ Steamed Green Beans, and Roasted Potatoes WW Bread Orange Jello	Roasted Turkey w/ Cranberry Sauce ²⁸ Steamed Green Beans Mashed Potatoes WW/Bread Slice(1) Pumpkin Pie	CLOSED FOR THANKSGIVING DAY ²⁹	Grilled Fish With Garlic & Spices ³⁰ Brown Rice Pickled Cabbage Tropical fruit cup



❖ **CLSF menu items may contain major food allergens. Please check-in with staff regarding menu item components.**

❖ **Some food items may not be available and a substitution may need to be made.**

This program serving the community is funded by the City of San Francisco's Department of Disability and Aging Services.



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
				Frittata de Coliflor¹ Chile Rojo y Verde dulce Salsa bechamel Ejotes al vapor Ensalada de remolacha (remolacha y lechuga) Taza de Pina	Puerco Desmenuzado² Papas Rostizadas Quinoa con Zanahorias y papas Rodaja de Pan pure de manzana
Espagueti con Carne de Res y Salsa de Chile Rojo⁴ Brócoli cocido al vapor Ensalada De Espinacas y Naranja Taza de Pina	Paella de Pollo⁵ Pollo,Salchicha,Tomate y Chícharos Arroz Integral con Azafrán Taza de Durazno	Tacos de Pescado⁶ Elote,Tomate,Cebolla y Cilantro Ensalada de Col Tortillas de Maíz (2) Banana	Pozole de Puerco⁷ Puerco, maíz Chile Rojo y Verde dulce Repollo, Rábano, Cebolla Tostadas de maíz (2) Taza de piña	Crema de Pollo Y Papas⁸ Pollo, Papas zanahorias y maíz Cebollines Tasa de albarico	Picadillo⁹ Carne molida Ejote verdes, zanahorias y patatas Frijoles negros Arroz Integral Taza de Fruta Tropical
Hamburguesas de Res¹¹ Con Pan y Lechuga, Tomate, Cebolla Y Queso Ensalada de Papas Taza de Melón	Tuna Salad Sandwich¹² Sopa de Camote con Lentejas Rodaja de Pan Integral(2) Naranja	CERRADO POR MANTENIMIENTO¹³	Puerco con Salsa Verde¹⁴ Frijol Negro Arroz integral Taza de Melon	Cacerola Vegetariana¹⁵ Calabazas, Zanahoria, Aceitunas, Espinaca y Queso Frijol Pinto Ensalada Mixta, Tomate Taza de Pera	Pollo al Horno Con Salsa¹⁶ Papas rostizadas Elote Rodaja de Pan Taza de Mandarina
Puerco Desmenuzado¹⁸ Papas Rostizadas Quinoa con Zanahorias y papas Rodaja de Pan pure de manzana	Pescado Al Horno Con Ajo y especias¹⁹ Patatas dulces Repollo en vinagre Taza de Fruta Tropical	Sopa de Res²⁰ (Carne de Res,Trozo de Elote,papas,Repollo y Zanahoria) Tortillas de Maíz (2) Taza de Melon	Pasta Alfredo de Pollo al Horno²¹ (Pechuga de pollo Y queso Parmesano) Pasta Rotini y Albahaca Seca Gelatina de Limon	Frittata de Coliflor²² Chile Rojo y Verde dulce Salsa bechamel Ejotes al vapor Ensalada de remolacha (remolacha y lechuga) Taza de Pina	Tacos de Carne²³ Carne De Res, Lechuga, Tomate Y Queso Frijoles Pintos Tortillas de Maíz (2) Naranja
Estofado de Pollo²⁵ Pollo, Guisantes, Zanahoria, Papa Arroz Integral Rodajas de manzana con salsa ligera de agave	Puerco con Salsa Verde²⁶ Frijol Negro Arroz integral Taza de Durazno	Pastel de Carne²⁷ Ejotes verdes al vapor y papas Rostizadas Pan WW Gelatina de Limon	Pavo Rostizado con Salsa de Arándanos²⁸ Ejotes al Vapor Pure de Papas Rodaja de pan Integral Pastel de Calabaza	CERRADO POR DÍA ACCIÓN DE GRACIAS²⁹	Pescado Al Horno Con Ajo y especias³⁰ Arroz Integral Repollo en vinagre Taza de Fruta Tropical



❖ El menú de CLSF puede contener alérgenos alimentarios. Por favor pregunta a un miembro del personal sobre los contenidos del menú.

❖ Algunos alimentos no serán disponibles y una sustitución será requerida.

Este programa que brinda servicio a la comunidad está financiado por el Departamento de Servicios para Discapacidad y Personas de la Tercera Edad de la ciudad de San Francisco.