

Week 1	Week 2	Week 3	Week 4
Wednesday, June 3 Catfish Filet Potatoes Oven Roasted Buttered Green Peas	Wednesday, June 10 Chicken Teriyaki Brown Rice Roasted Broccoli Florets	Wednesday, June 17 Roasted Thyme Chicken Mashed Potatoes Broccoli Florets	Wednesday, June 24 Beef Spaghetti Pie Green Beans
Thursday, June 4 Roast Turkey Mashed Potatoes Buttered Green	Thursday, June 11 Baked Lemon Pangasius Fish Mashed Sweet Potatoes Broccoli Florets	Thursday, June 18 Beef Meatloaf Mashed Sweet Potatoes Broccoli & Cauliflower	Thursday, June 25 Vegetarian Bean Chili Vegetable Blend Normandy
Friday, June 5 Beef Broccoli Stir Fry Brown Rice Roasted Broccoli Florets	Friday, June 12 Chicken & Vegetable Stir Fry Brown Rice Cauliflower	Friday, June 19 Closed in Observance of Juneteenth Holiday	Friday, June 26 Chicken Curry Brown Rice Roasted Cauliflower

DAYS, TIMES, AND LOCATIONS

Wednesdays
 11:00 A.M. - 12:00 P.M.

Thursdays
 See times below

Fridays
 11:00 A.M. - 12:00 P.M.

Woodland Community and Senior Center, presented by the Francis Noz Heritage Fund

- 2001 East Street, Woodland

West Sacramento Community Center

- 1075 W Capitol Ave, West Sacramento

Capay Valley Health and Community Center, presented by RISE, Inc.

- 17340 Yolo Ave, Esparto
- 11:00 A.M. - 12:00 P.M.

Winters Community Center, presented by the Winters Senior Foundation

- 201 Railroad Ave, Winters
- 11:30 A.M. - 12:30 P.M.

Davis Senior Center

- 646 A Street, Davis

RESERVATIONS AND CANCELLATIONS
 Reservations and Cancellations are required 24 hours in advance at 530-662-7035 or welcome@mowyolo.org. Include your full name and community in your message.

TAKING YOUR MEAL TO GO; KEEPING IT SAFE
 MOW Yolo cannot ensure food safety of meals taken to go. If you must take it, go directly home - avoid errands. Store it properly and place uneaten food in fridge immediately. Discard anything left out over 2 hours. Reheat meals to at least 165°F using a microwave, oven, or stove.

MENU NOTES

Meals typically contain 760 mg of sodium or less. Any meals exceeding 1,000 mg of sodium are labeled with a salt shaker icon. Meals are subject to change due to circumstances beyond our control. Please contact us with any concerns.

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
<p>Miércoles, 3 de junio Filete de bagre, papas asadas al horno con guisantes verdes con mantequilla.</p> <p>Jueves, 4 de junio Pavo asado, puré de patatas, verduras con mantequilla</p> <p>Viernes, 5 de junio Salteado de brócoli con carne de res, arroz integral y floretes de brócoli asados.</p>	<p>Miércoles, 10 de junio Pollo Teriyaki, Arroz Integral, Floretes de Brócoli Asados</p> <p>Jueves, 11 de junio Pescado pangasius al limón al horno, puré de batatas, floretes de brócoli</p> <p>Viernes, 12 de junio Pollo y verduras salteados con arroz integral y coliflor</p>	<p>Miércoles, 17 de junio Pollo asado con tomillo, puré de patatas y floretes de brócoli.</p> <p>Jueves, 18 de junio Pastel de carne de res, puré de batatas, brócoli y coliflor.</p> <p>Viernes, 19 de junio Cerrado en conmemoración del Día de la Emancipación (Juneteenth Holiday).</p>	<p>Miércoles, 24 de junio Pastel de espaguetis con carne y judías verdes</p> <p>Jueves, 25 de junio Mezcla vegetariana de frijoles y verduras con chile de Normandía</p> <p>Viernes, 26 de junio Pollo al curry, arroz integral, coliflor asada</p>

DÍAS, HORARIOS Y LUGARES

<p>Miércoles 11:00 a. m. - 12:00 p. m.</p>	<p>Jueves. Ver horarios a continuación.</p>	<p>Viernes 11:00 a. m. - 12:00 p. m.</p>
---	--	---

<p>Woodland Community and Senior Center, presented by the Francis Noz Heritage Fund</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2001 East Street, Woodland <p>West Sacramento Community Center</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1075 W Capitol Ave, West Sacramento 	<p>Capay Valley Health and Community Center, presented by RISE, Inc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 17340 Yolo Ave, Esparto • 11:00 A.M. - 12:00 P.M. <p>Winters Community Center, presented by the Winters Senior Foundation</p> <ul style="list-style-type: none"> • 201 Railroad Ave, Winters • 11:30 A.M. - 12:30 P.M. 	<p>Davis Senior Center</p> <ul style="list-style-type: none"> • 646 A Street, Davis
--	--	---

RESERVAS Y CANCELACIONES Se requiere reservar y cancelar con 24 horas de anticipación llamando al 530-662-7035 o escribiendo a welcome@mowyolo.org. Incluya su nombre completo y comunidad en su mensaje.

PARA LLEVAR TU COMIDA: CONSERVACIÓN SEGURA. Yolo no puede garantizar la seguridad alimentaria de las comidas para llevar. Si necesitas llevarte una, ve directamente a casa; evita hacer recados. Guárdala correctamente y coloca la comida sobrante en el refrigerador inmediatamente. Desecha cualquier alimento que haya estado fuera por más de 2 horas. Calienta las comidas a una temperatura mínima de 74 °C (165 °F) en el microondas, el horno o la estufa.

NOTAS DEL MENÚ
Las comidas suelen contener 760 mg de sodio o menos. Las comidas que superan los 1000 mg de sodio están marcadas con el icono de un salero. El menú puede variar debido a circunstancias ajenas a nuestra voluntad. Si tiene alguna duda, póngase en contacto con nosotros.