



October 2026

Home Delivered Meals



AGENCY
ON AGING
AREA 4

For menu notes, scan QR code or visit: mowyolo.org/menu-notes/

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			October 1 Baked Chicken w/ Honey Mustard Sauce Couscous Confetti Cauliflower	October 2 Black Bean Enchilada Casserole Capri Vegetable Blend
October 5 Beef Picadillo Spanish Rice Peas & Carrots	October 6 Chicken Florentine w/ Spinach Mashed Potatoes Broccoli & Cauliflower	October 7 Pangasius Catfish Filet w/ Sauce Lemon Herb Butter Whipped Sweet Potatoes Green Beans	October 8 Beef and Beans Chili Carrots Baby with Oregano Cornbread	October 9 Lasagna Meatsauce Cauliflower
October 12 Beef Stroganoff Buttered Whole Wheat Elbow Pasta Green Beans	October 13 Chicken Mole Spanish Rice California Vegetable Blend	October 14 Beef Stuffed Pepper Casserole Broccoli Florets	October 15 Ground Turkey Meatballs w/ Marinara Sauce Mashed Potatoes 4-Way Mix Vegetable Blend	October 16 Chicken Vesuvio Cabbage Stewed
October 19 Baked Chicken w/ Teriyaki Sauce Fried Brown Rice Broccoli Florets	October 20 Pot Roast Mashed Potatoes Carrots Baby	October 21 Beef Johnny Marzetti Carrots Baby	October 22 Open Face Pot Pie Broccoli Florets Crackers Saltine Whole Wheat	October 23 Fish Pangasius w/ Baked Lemon Baked Sweet Potatoes California Vegetable Blend
October 26 Chicken & Wild Rice Normandy Vegetable Blend	October 27 Beef Cabbage Casserole Oven Browned Potatoes Cauliflower	October 28 Pork Tips with Vegetables Mashed Potatoes	October 29 Chicken Curry Brown Rice Broccoli Florets	October 30 Vegetarian Tamale Casserole Green Beans

Deliveries on Monday & Thursday only. Meals may be eaten in any order once delivered.

Menu subject to change.



Octubre 2026

Comidas entregadas a domicilio



AGENCY
ON AGING
AREA 4

Para ver notas del menú, escanee el código QR o visite: mowoyo.org/menu-notes/

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1 de octubre Pollo horneado con salsa de miel y mostaza Cuscús confeti Coliflor	2 de octubre Cazuela de enchilada de frijoles negros Verduras Capri
5 de octubre Picadillo de res Arroz a la española Chícharos y zanahorias	6 de octubre Pollo florentino con espinaca Puré de papas Brócoli y coliflor	7 de octubre Filete de pangasius con salsa de mantequilla, limón y hierbas Camotes batidos Ejotes	8 de octubre Chili de res y frijoles Zanahorias baby con orégano Pan de maíz	9 de octubre Lasaña con salsa de carne Coliflor
12 de octubre Stroganoff de res Coditos integrales con mantequilla Ejotes	13 de octubre Pollo en mole Arroz a la española Verduras California	14 de octubre Cazuela de pimiento relleno de res Ramilletes de brócoli	15 de octubre Albóndigas de pavo con salsa marinara Puré de papas Mezcla de 4 verduras	16 de octubre Pollo Vesuvio Repollo guisado
19 de octubre Pollo horneado con salsa teriyaki Arroz integral frito Ramilletes de brócoli	20 de octubre Carne asada a la olla Puré de papas Zanahorias baby	21 de octubre Johnny Marzetti de res Zanahorias baby	22 de octubre Pay abierto Ramilletes de brócoli Galletas saladas integrales	23 de octubre Pescado pangasius con limón horneado Camotes horneados Verduras California
26 de octubre Pollo y arroz salvaje Verduras Normandy	27 de octubre Cazuela de res y repollo Papas doradas al horno Coliflor	28 de octubre Trozos de cerdo con verduras Puré de papas	29 de octubre Curry de pollo Arroz integral Ramilletes de brócoli	30 de octubre Cazuela de tamal vegetariano Ejotes

Entregas solo los lunes y jueves. Las comidas pueden comerse en cualquier orden una vez entregadas.

Menú sujeto a cambios.