



MEALS ON WHEELS OF RI MENÚ LATINO – Abril 2025

Síguenos en
Facebook, Twitter e Instagram
www.rimeals.org

*Atendido por TRIO Community Meals
Menú sujeto a cambios*

#MoreThanAMeal

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	DONACIÓN VOLUNTARIA SUGERIDA: \$3.00 POR COMIDA Efectivo, cheque, giro postal, SNAP, PayPal <i>Haga cheques pagaderos</i> a: Comidas sobre ruedas de RI 70 Bath St. Providence, RI 02908 (401) 351-6700	Por favor, llame a las cancelaciones de comidas a más tardar a las 10:00 am antes del próximo día de entrega. Usted debe estar en casa para recibir su comida. Para su seguridad y bienestar, los refrigeradores no están permitidos.	3 Muslo de pollo estofado con sofrito Arroz blanco Brócoli Panecillo Galleta de vainilla	4 Picadillo de carne Arroz amarillo Brócoli al ajillo pan de trigo Barra de manzana
5 Enchilata de cerdo Papa batida Judías verdes con pimientos Pan de trigo Coba	6 Fajita de pollo Arroz y frijoles Verduras de carro de comida Tortilla Naranja	7 Pollo con salsa de piña Puré de batatas Niblett de maíz Rollo WW Galleta Graham	8 Pollo Guisado Arroz blanco Judías verdes Pan de trigo partido Lorna Doones	9 Carne Mexicana Maíz con pimientos Muffin de maíz Nectarina
12 Pollo con cilantro y lima Arroz amarillo Guisantes Pan de trigo Taza de fruta	13 Taco de carne Arroz amarillo Plátanos Tortilla Taza de fruta	14 Pollo Mojo frijoles negros Plátanos Muffin de maíz Lorna Doones	15 Cerdo cubano Arroz Brócoli Panecillo WW Coba	16 Tilapia con salsa cítrica Arroz con cilantro Zanahorias Pan de centeno Taza de fruta
19 Pollo asado Arroz con limón Brócoli y pimientos Rollo WW Banana	20 tortilla española Patata asada Pimientos y cebollas Mollete Yogur	DOBLE ENTREGA 21 Chorizo con Pimientos y Cebolla Frijoles rojos con arroz Judías verdes al ajillo Pan de trigo Lorna Doones	22 Taco de pollo Papa Maíz y pimientos Tortilla Lorna Doones	23 Fiesta Fish Arroz con limón Maíz con pimientos Rollo WW Pera
MOWRI CERRADO 26 Carne Guisada Judías verdes Panecillo Bocados de arándanos	27 Pollo mexicano Ñames especiados Fiesta mix de verduras Rollo WW Copa de frutas	28 Picadillo de cerdo Papa asada Calabacín Rollo WW Galleta	29 Cuerda Vieja Puré de papa Zanahorias Panecillo Taza de fruta	30 Chile Puré de papa Plátanos Pan de trigo Barra de higos

Meals on Wheels of RI es una organización sin fines de lucro financiada en parte por la Administración de los Estados Unidos para el Envejecimiento (AoA, por sus siglas en inglés) y fondos estatales a través de la Oficina de Envejecimiento Saludable de RI.

REFRIGERE LAS COMIDAS SI NO COME INMEDIATAMENTE – LA COMIDA ESTARÁ CALIENTE DESPUÉS DE RECALENTARLA – POR FAVOR MANIPULE CON CUIDADO

NO RECALENTAR EN HORNO TOSTADOR ***

Instrucciones de recalentamiento de comidas: recalentar a una temperatura de al menos 165 ° F

Microondas: Despegue la tapa trasera para ventilar o cortar la película en cada compartimento - recalentar la comida durante 1,25 minutos - añadir 30 segundos según sea necesario

Horno convencional: Precaliente el horno a 350 grados F - Coloque la comida en una bandeja para galletas, despegue la tapa para ventilar y recalentar durante 10 minutos como máximo

WGR – grano entero SF =

LS sin azúcar = bajo en sodio O bajo en azúcar



Are you receiving a copy of our monthly Volunteer newsletter?

The Delivery Hero Dispatch is emailed monthly, and contains relevant Volunteer news and updates for your review.

To subscribe, please email:

whundley@rimeals.org

