

COMIDAS A DOMICILIO DE RI

MENÚ LATINO A DOMICILIO – Agosto de 2026

Servicio de catering a cargo de TRIO Community Meals.

Menú sujeto a cambios

Follow us on
Facebook, Twitter & Instagram
www.rimeals.org

#MásQueUnaComida

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Pollo con salsa cítrica Arroz con mantequilla Zanahorias en rodajas Pan de centeno Fruta fresca de temporada	4 Carne Guisada de Res Arroz Maíz en grano entero pan de trigo Fruta fresca de temporada	5 Fricasé de pollo Arroz español Plátanos pan de trigo Fruta tropical	6 Pollo picante arroz integral Brócoli Tortilla de harina Fruta fresca de temporada	7 Frijoles pintos guisados Arroz Espinaca Tortilla de harina Mandarinas
10 Carne de Asada de Res arroz integral Verduras de Mexicali Tortilla de harina Coba	11 Sanocho de pollo Arroz con cúrcuma Maíz mexicano Pan de trigo entero Fruta fresca de temporada	12 Carnitas de cerdo Frijoles negros Pimientos y cebollas Tortilla de harina Bocados de piña Salsa picante	13 Fajitas de pollo Arroz español Plátanos Tortilla de harina Melocotones en cubos CCrea agria	14 Guiso de lentejas latino arroz integral Verduras de fiesta pan de maíz Peras cortadas en cubos
17 Chili de ternera Papa al horno Maíz en grano entero Muffin de pan de maíz Coba	18 Pollo Guisado Arroz Plátanos Tortilla de harina Peras cortadas en cubos	19 Pollo con mojo cítrico Arroz Judías verdes pan de trigo Fruta fresca de temporada	20 Carne de res para tacos arroz integral Verduras de fiesta Tortilla de harina Bocados de piña Salsa para tacos	21 Tortilla española Papas fritas caseras Pimientos y cebollas Panecillo de arándanos Fruta fresca de temporada
24 Carne Molida Frijoles negros Zanahorias en rodajas Tortilla de harina Mandarinas	25 Pollo con cilantro y lima arroz integral Plátanos pan de trigo Fruta fresca de temporada	26 Pollo con chimichurri de miel Arroz Verduras de fiesta Pan vienés Coba	27 Picadillo de ternera Arroz con cúrcuma Judías verdes Tortilla de harina Coba	28 Abadejo de lima ancho Arroz con cilantro y lima Plátanos Tortilla de harina Fruta fresca de temporada
31 Pollo con salsa cítrica Arroz con mantequilla Zanahorias en rodajas Pan de centeno Fruta fresca de temporada	Por favor, avise si desea cancelar su pedido antes de las 10:00 de la mañana del día de la próxima entrega. Debe estar en casa para recibir su comida. Por su seguridad y bienestar, no se permiten neveras portátiles.			
				

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

REFRIGERE LAS COMIDAS SI NO LAS VA A CONSUMIR INMEDIATAMENTE; LA COMIDA ESTARÁ CALIENTE DESPUÉS DE RECALENTARLA; MANIPULE CON CUIDADO.

***** NO RECALENTAR EN HORNO TOSTADOR *****

Instrucciones para recalentar la comida: recalentar a una temperatura de al menos 165 °F (74 °C).

Microondas : Retire la tapa para ventilar o haga una incisión en la película de cada compartimento; recaliente la comida durante 1,25 minutos; añada 30 segundos si es necesario.

Horno convencional: Precalentar el horno a 175 °C (350 °F). Colocar la comida en una bandeja para hornear, abrir la tapa para ventilar y recalentar durante un máximo de 10 minutos.

Congelado: Descongele el alimento en el refrigerador, siguiendo las instrucciones anteriores.

WGR – grano integral

SF = sin azúcar

LS = bajo en sodio O bajo en azúcar



August Reminders

MOWRI is closed:

Monday, August 10th.

Double meals will be delivered:

Wednesday, August 5th!

Keep an eye out for our annual client surveys, which are in the process of being distributed! We want to hear your feedback.

