



週一

週二

週三

週四

週五

週六

每日新鮮製作:  
淡水  
• (用新鮮水果製成的果汁)  
新鮮製作的沙拉醬  
由CLSFS工作人員尤麗莎撰寫

4  
WW/肉醬義大利麵佐  
紅甜椒醬  
菠菜柳橙沙拉鳳梨杯

5  
雞肉海鮮飯  
雞肉香腸、全麥/糙米、番  
紅花調味料、黃瓜番茄沙  
拉、桃子杯

6  
烤魚玉米餅  
玉米、番茄、洋蔥和香菜醬,  
涼拌高麗菜玉米餅 (2), 香蕉

7  
豬肉玉米粥  
豬肉、玉米粒、紅綠辣椒、  
高麗菜、蘿蔔、洋蔥玉米餅  
(2個)、鳳梨杯

8  
漢堡肉餅配麵包  
生菜、番茄、洋蔥、起司馬  
鈴薯沙拉、甜瓜片

11  
香蒜雞肉筆管面  
混合嫩葉沙拉配櫻桃番  
茄和時令新鮮水果

12  
鮭魚三明治  
香腸雞肉扁豆湯, 全麥麵  
包片 (2片), 橘子杯

13  
雞肉玉米餅湯  
雞肉、胡蘿蔔和西葫蘆玉米  
片配香菜甜瓜杯

14  
青醬豬肉  
黑豆糙米瓜杯

15  
烤魚玉米餅  
玉米、番茄、洋蔥和香菜  
醬, 涼拌高麗菜玉米餅  
(2個), 香蕉

18  
手撕豬肉  
烤馬鈴薯藜麥佐豌豆和胡  
蘿蔔, 全麥麵包捲配蘋果  
醬

19  
蒜蓉香料烤魚  
地瓜、醃高麗菜、熱帶水  
果杯

20  
牛肉湯  
牛肉、胡蘿蔔、高麗菜、馬  
鈴薯配玉米棒、玉米餅 (2  
個)、甜瓜杯

21  
雞肉阿爾弗雷多焗意麵  
雞胸肉和帕瑪森乳酪, 橄欖  
油螺旋面, 乾羅勒, 蒸西蘭  
花, 檸檬果凍

22  
菠菜舒芙蕾  
起司、雞蛋、菠菜和櫛瓜糙  
米生菜三豆沙拉桃子杯

25  
關閉  
紀念日

26  
青醬豬肉  
黑豆糙米瓜杯

27  
肉餅  
馬鈴薯泥、蒸青豆和黃南  
瓜、全麥麵包、青檸果凍/  
橘子

28  
義大利白豆湯  
雞肉香腸玉米餅 (2)  
桃子杯

29  
蒜蓉香料烤魚  
糙米醃漬白菜熱帶水果杯

\*\*CLSFS菜單上的菜色可能含有主要食物過敏原。請向工作人員確認菜色成分。 \*\*

部分食品可能缺貨, 需要替換。

這項服務於社區的計畫由舊金山市殘疾和老齡服務部資助。