

**August 2017 Menu** RACS Russian American Community Services, 300 Anza St., **Tel.: 415-387-5336** \*www.racssf.org  
Sponsored by the Department of Aging and Adult Services of San Francisco

<b>Monday</b>	<b>Tuesday</b>	<b>Wednesday</b>	<b>Thursday</b>	<b>Friday</b>
<i>*Menu is subject to change without notice.</i>	<b>1</b> Borsch*+, Piroshki, Cabbage Salad+, Tropical fruit salad+, (or Vit C fruit)	<b>2</b> Pelmeni in Broth, Cauliflower*+, Vinaigrette Salad*+, Banana,	<b>3</b> Veggie Soup, Pork Roast, Buckwheat, Broccoli*+, Bean Salad*, Orange+	<b>4</b> Veggie Soup, Salmon, Boiled Potatoes, Peas and Carrots*, Coleslaw*+, Apple or Seasonal Fruit
<b>7</b> Beef Stroganoff, Pasta, Collard Greens *+, Turnip Salad*, Jello w Fruits	<b>8</b> Veggie Soup*+, Kotleti (Chicken), Buckwheat, ,Broccoli*+, Cabbage/Pickles Salad+, Apple	<b>9</b> Sausage (Pork), Mashed Potatoes, Braised Cabbage+, Greens/Bell Pepper Salad*+, Banana	<b>10</b> Spinach Soup*+, Chicken Kiev, Rice Pilaf, Peas*, Garden Salad*, Pineapple chunks+	<b>11</b> Veggie Soup, Grilled Tilapia, Brown Rice, Italian Blend Veggies*, Beets Salad, Orange+(or Vit C fruit)
<b>14</b> Roast Pork, Buckwheat, Cauliflower+, Marinated Bean Salad*+, Apple Sauce	<b>15</b> Veggie Soup *+, Stuffed Bell Peppers, Tomato Sause+, Mashed Potatoes, Carrots Salad*, Orange+	<b>16</b> Chicken Tenders w Curry Sauce, Couscous, Peas+ and Carrots*, Cabbage Salad+ , Banana	<b>17</b> Veggie Soup *+, Roast Beef, Roasted Potatoes, Carrots*, Olivier Salad*, Mandarin Orange+	<b>18</b> Veggie Soup, Seasonal Fish, Brown Rice, Green Beans w Almonds*, Coleslaw Salad*+, Maple Pudding
<b>21</b> Beef Stroganoff, Spaghetti, Green Beans*, Broccoli Slaw Salad*+, Maple Pudding	<b>22</b> Borsch*+, Piroshki, Beets Salad , Tropical Fruit Salad+ (or Vit C fruit)	<b>23</b> Pork Ribs Tips, Barley, Cauliflower+, Tossed Greens Salad*, Orange+	<b>24</b> Veggie Soup *+, Chicken Leg ¼ in Lemon/Pepper, Buckwheat, Peas*, Vinaigrette Salad*+, Pineapple chunks +	<b>25</b> Veggie Soup, Seasonal Fish, Mashed Potatoes, 5 Blend Veggies*, Cabbage\Apple Salad+, Orange
<b>28</b> Roast Pork, Orzo, Cauliflower+, Broccoli Slaw Salad*+, Baked Apple	<b>29</b> Veggie Soup *+, Kotleti, Buckwheat, Green Beans *+, Cabbage w Raisins Salad+ *, Tropical fruit mix +	<b>30</b> Turkey Breast and Vegetables Sauté*+, Rice Pilaf, Greens Bell Pepper Salad*+, Banana	<b>31 <u>Saints day &amp; Birthdays</u></b> Spinach Soup *+, Chicken Thigh with Onions and Bell Pepper*+, Roasted Potatoes, Carrots*, Cilantro Cabbage Salad+ *, Apple or Seasonal Fruit, Ice Cream	<b>** Hot Tea, Coffee, Bread and Milk served daily;</b>

<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
* <i>В меню возможны изменения.</i>	<b>1</b> Борщ, пирожки, салат из красной капусты, фруктовый десерт	<b>2</b> Пельмени в бульоне, цветная капуста, винегрет, банан	<b>3</b> Суп, запечённая свинина, гречн. каша, брокколи, салат из фасоли, апельсин	<b>4</b> Суп, лосось, картофель, горошек с морковью, салат из капусты, фрукт по сезону
<b>7</b> Бефстроганов, макароны, коллард тушёный, салат с редькой, фруктовое желе	<b>8</b> Суп, котлеты куриные, гречн. каша, брокколи, салат из капусты с соленым огурцом, яблоко	<b>9</b> Сарделька, картофельное пюре, тушёная капуста, салат овощной, банан	<b>10</b> Суп из шпината, котлеты по-киевски, рисовый плов, горошек, салат овощной, ананас кусочками	<b>11</b> Суп, рыба по сезону, коричневый рис, овощи тушёные, салат свекольный, апельсин
<b>14</b> Запечённая свинина, гречн. каша, цветная капуста, салат бобовый, яблочное пюре	<b>15</b> Суп, фарширо- ванные перцы, томатный соус, картофельное пюре, салат морковный, апельсин	<b>16</b> Курица в соусе кари, кускус, горошек и морковь, салат из капусты, банан	<b>17</b> Суп, ростбиф, запеченный картофель, морковь, салат оливье, мандарин	<b>18</b> Суп, рыба по сезону, коричневый рис, зеленая фасоль, салат из капусты, пудинг
<b>21</b> Бефстроганов, макароны, зеленая фасоль, салат из брокколи, пудинг	<b>22</b> Борщ, пирожки, салат свекольный, фруктовый десерт	<b>23</b> Свиные рёбрышки, перловая каша, цветная капуста, салат зеленый, апельсин	<b>24</b> Суп, куриная ножка, гречн. каша, горошек, винегрет, кусочки ананаса	<b>25</b> Суп, рыба по сезону, картофельное пюре, тушёные овощи, салат капустный с яблоками, апельсин
<b>28</b> Запечённая свинина, макароны орзо, цветная капуста, салат из брокколи, запеченное яблоко	<b>29</b> Суп, котлеты, гречн. каша, зеленая фасоль, салат из капусты с изюмом, фруктовый десерт	<b>30</b> Тушёная индюшка с овощами, рисовый плов, салат овощной, банан	<b>31 Именины и дни рождения</b> Суп, курица с овощами, запеченный картофель, морковь, салат из капусты, яблоко или фрукт по сезону, мороженое	** <i>Всегда есть горячий чай, кофе.</i> *** <i>Ежедневно в меню хлеб и молоко.</i>

