

NOMBRE:



CALENDAR DE JULIO DE 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Wii Bowling todos los días a las 9:00a Cartas, billar, ajedrez, dominó y sala de fitness disponible todos los días	1 9:30a=Trabajadora de salud 9:30a=Yoga I 10a=B/P 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Bingo	2 9:30a=Estiramiento/Tonificación 10a=Masaje en Silla 10a=Nutrición BCH 11a=Ganchillo 12:30p=Costura (6/6)	3 10a=BRASS Acolchado 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Mujer sabia	4 CERRADO para 4 del Julio 
7 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Zumba BRASS 11a=Retroceso 12:30p= Reunión del centro para personas mayores:Denise Martinez, New Opp	8 9:30a=Yoga I 10a=B/P 10a=Mercado de agricultores 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Bingo	9 9:30a=Estiramiento/Tonificación 10a=BCH Viaje al centro 11a=Ganchillo 12:30p=Costura (1/6)	10 10a=BRASS Acolchado 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Mandy Dupont "Cambios"	11 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de computación 11a=Bolsa de compras City Mission 11a=Pintura con Silvia \$2
14 10a=Pintura BRASS \$2 11a=Retroceso 11a=BRASS Zumba 12:30p=Jessica Dorner Nutrición	15 9:30a=Yoga I 10a=B/P 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Bingo	16 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 11a= Almuerzo y aprendizaje ortopédico 12:30p=Costura (2/6) Sin Estiramiento/tonificación	17 10a=BRASS Acolchado 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Terri's Flower Shop (Florería) \$2	18 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 9:30a=AARP Clase de conductor 10a=Hora del café veteranos 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de computación 11a=Pintura con Silvia \$2
21 10a =BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12p=Almuerzo y aprendizaje para Seguridad social con Ben Rhodes	22 9:30a=Yoga I 10a=B/P 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo Café 12:30p=Bingo	23 9:30a=Estiramiento/Tonificación 10a=Nutrición BCH 11a=Crochet BRASS 12:30p=Costura (3/6)	24 10a=BRASS Acolchado 11a=Póker 11:30a=Almuerzo en el café 11:30a=Reiki 12:30p=Inscripción para cenas para personas mayores	25 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Virtual Realidad 11a=Pintar con Silvia \$2 11:30a=Almuerzo y aprendizaje sobre la salud de las venas
28 10a =BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12:30p=Almuerzo y aprendizaje para Fyzical Balance	29 10a=B/P 9:30a=Yoga I 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo Café 11:30a=Reflexología 12:30p=Bingo	30 9:30a=Estiramiento/Tonificación 10a=Dolce 10a=Nutrición BCH 11a=Crochet BRASS 12:30p=Costura (4/6)	31 10a=BRASS Acolchado 11a=Póker 11:30a=Almuerzo Café	



MENÚ JULIO 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Café Almuerzo servido 11:30 a 12:30 Martes & Jueves Todos los menús son sujeto a cambios	1 Salteado de carne Arroz integral Brócoli Pan de trigo Mandarinas Zumo		3 Crema de tomate con crx Pavo Primavera Pasta penne Pan italiano Zumo de frutas	Sugirió Donación para personas mayores \$4.00
	8 Muslo de pollo glaseado tropical Arroz integral confeti Judías verdes Pan de trigo Galleta Zumo de frutas		10 Sopa de papa con crx Ensalada del chef (lechuga, tomate, huevo, queso cheddar y aderezo ranch) Pan de maíz Mandarinas Jugo de fruta	TENGA EN CUENTA Se pide a los asistentes e invitados que paguen \$8.14 por el almuerzo. Eso es lo que el WSC le paga a New Opp por el almuerzo.
	15 Pechuga de pollo a la puttanesca mediterránea Orzo al limón Ensalada mixta/ Aderezo ranch Pan italiano Fruta		17 Califor Sopa de verduras con crx Bistec Salisbury con salsa de verduras Papas batidas Pan de trigo Galleta Zumo de frutas	No podemos utilizar nuestros fondos para pagar los almuerzos de personas menores de 60 años.
	22 Puntas de res con salsa Papa batida con ajo Verduras de la huerta Pan blanco Trozos de piña		24 Sopa de cebada y champiñones con crx Ensalada Cobb (lechuga, tomate, pepino, tocino de pavo, huevo, queso cheddar y aderezo ranch) Tortilla de harina Galleta Jugo de fruta	
	29 Pastel de carne con salsa Puré de papa Verduras mixtas Pan integral Trozos de piña		31 Cerdo Bourbon Ensalada de papa Lechugas salteadas Pan de trigo Pudín de vainilla Jugo	