



NOMBRE:

CALENDARIO DE MARZO DE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12p=Reunión del centro sénior <i>Invitado=Fyzical Therapy y Balance</i>	4 10a=B/P 9:30a=Trabajador de la salud 9:30a=Yoga I 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo	5 9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 10a=Masaje en silla 12p= Glazey Dayz 12:30p=Costura	6 10a=BRASS Acolchado 10a=Coro 10a=Vacunas contra el COVID 11a=póquer 11:30a= Almuerzo en el Café 12:30p=Mujer sabia 12:30p=Inscripción para cenas para personas mayores	7 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 11a=Clase de Computación 10a=Ayuda técnica 11a=Pintar con Silvia \$2 11a=City Mission Bolsa de la compra
10 10a=BRASS Pintura \$2 10:30a=Tambores 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso	11 10a=B/P 9:30a=Yoga I 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo	12 9:30a= Liga de bolos de Wii - Aquí Sin actividades	13 10a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a= Almuerzo en el Café	14 Sin actividades \$5 por persona, pago por adelantado, fiesta de 11a - 1p 
17 10a=BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso	18 10a=B/P 9:30a=Yoga I 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo 11:30a=Reflexología	19 9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Nutrición BCH 11a= BRASS Ganchillo 1p=Tai Chi No Costura	20 10a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a=Reiki 11:30a= Almuerzo en el Café 12:30p=Mandy Dupont	21 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 9:30a=AARP Clase de conductor 10a=Ayuda técnica 11a=Clase de Computación 11a=Pintar con Silvia \$2 11:45a=OLLI a UCONN
24 10a =BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso 12:30p=Unity Farmacia Almuerzo y aprendizaje	25 10a=B/P 9:30a=Yoga I 10:30a=Yoga II 11:30a=Almuerzo 12:30p=Bingo	26 9:30a=Estiramiento/Tono 10a=Nutrición BCH 10a=Dolce 11a= BRASS Ganchillo 12:30p=Costura 1p=Tai Chi	27 10a=BRASS Acolchado 10a=Coro 11a=póquer 11:30a= Almuerzo en el Café con Coro 12:30p=Cheshire House Prueba de movilidad	28 9:30a=BRASS Fuerza de la silla 10a=Ayuda técnica 11a=Virtual Realidad 11a=Pintar con Silvia \$2 12p=Jessica Dornier Nutrición
31 10a =BRASS Pintura \$2 11a=BRASS Zumba 11a=Retroceso	Wii Bowling todos los días a partir de las 9:00am			
				



MENÚ MARZO 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Café Almuerzo servido 11:30 a 12:30 Martes & Jueves Todos los menús son sujeto a cambios</p>	<p>4 Ziti al horno con queso Ensalada mixta/ Rancho Zanahorias Pan italiano Trozos de piña</p>		<p>6 Sopa de frijoles negros/crx Carne de res para tacos Arroz integral español Tortilla de harina Fruta fresca</p>	<p>Sugirió Donación para personas mayores \$4.00</p>
	<p>11 Pollo con hierbas Macarrones con queso Ensalada de col Pan de centeno Peras cortadas en cubitos</p>		<p>13 Costillas de cerdo a la barbacoa/panecillo Frijoles rancheros Espinacas Pudín de chocolate Jugo de frutas</p>	<p>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.</p>
	<p>18 Pollo agridulce Arroz integral con confeti Brócoli Pan de trigo Trozos de piña</p>		<p>20 Sopa florentina/crx Pollo con tomate y albahaca Orzo con parmesano y ajo Pan italiano Fruta fresca</p>	<p>No podemos utilizar nuestros fondos para pagar los almuerzos de personas menores de 60 años.</p>
	<p>25 Cerdo con mostaza y miel Frijoles pintos al horno Repollo Pan de trigo Brownie de dulce de azúcar Jugo de frutas</p>		<p>27 Chile de pavo Salchichas O'Brien con maíz Verduras variadas Muffin de pan de maíz Peras cortadas en cubitos</p>	
		