

April 6th Wed 四月六日週三

Teriyaki Chicken with Rice

韓國式串燒鷄飯

Green Salad with Carrot

Ginger Dressing

胡蘿蔔羌汁青綠沙拉

Coffee Cake

咖啡蛋糕

April 8th Fri 四月八日週五

Cassoulet

法國式慢燉菜

Arugula Salad with

Shallot Vinaigrette

香蔥油醋汁味芝麻菜沙拉

Peanut Butter Cookies

花生醬曲奇餅乾

April 11 Mon 四月十一週一

Cheesesteak Sandwiches

奶酪牛排三明治

Spinach Salad with Honey

mustard Dressing

菠菜沙拉配蜂蜜芥末醬

Chocolate Chip Cookies

巧克力塊餅乾

April 13 Wed 四月十三週三

Chicken with Chimichurri

阿根廷名醬料配鷄塊

Grain Bowl with Arugula

& Roasted Peppers

芝麻菜和烤辣椒配混合穀

物煲

Cinnamon Apple Bread

肉桂蘋果麵包

April 15 Fri 四月十五週五

Penne with Sausage

and Peas

香腸碗豆通心粉

Caesar Salad with

croutons

小粒麵包配凱撒沙拉

Almond Cookies

杏仁曲奇餅乾

April 18 Mon 四月十八週一

Tarragon Chicken Salad

Wrap

向日葵草本鷄沙拉捲

Three Bean Salad

三色豆沙拉

Brown Sugar Blondies

紅糖淡味餅乾

April 20 Wed 四月二十週三

Chicken Cacciatone

意大利鷄肉捲

Roasted Sprout Salad

烤荳芽沙拉

Lemon Cornbread Cake

檸檬玉米麵包蛋糕

April 22 Fri 四月廿二週五

Chicken Ropa Vieja

古巴菜式鷄腔肉慢火炖

內加辣椒洋蔥

Cilantro Lime Rice

香菜酸橙飯

Garlic Sprouts

燒焦酸橙和大蒜荳芽

Cinnamon Brownies

肉桂巧克力餅乾

April 25 Mon四月廿五週一

Lemon Oregano Chicken
with Yogurt Sauce

希臘式檸檬酸奶汁烤雞

Chickpea Cucumber
Salad

鷹咀豆青瓜沙拉

Ginger Cookies

薑味曲奇餅乾

April 27 Wed四月廿七週三

Penne Bolognese

肉醬通心粉

Garlic Lemon Broccoli

大蒜檸檬西蘭花

Cherry Almond Chocolate
Cookies

櫻桃杏仁巧克力曲奇餅乾

April 29 Fri四月廿九週五

Sausage and Peppers

香腸辣椒

Broccoli and Shaved
Sprout Salad

西蘭花荳芽沙拉

Thumbprint Cookies

手指型曲奇餅乾

Above are menu for the
month of April 2022
subject to change
without notice

以上為2022年四月份
餐單，如有變更恕不
另行通知

Free lunch boxes
provided between
12.30 pm to 1.30pm
in Lake City Community
Center

免費午餐盒供應由中午
十二時半至下午一時半
在湖城社區中心發放

Chair Yoga, Tai-chi,
Water-color, Latin
dance free classes
Bingo Games in our
Center. For infor-
mation please call
206-707-1865 for
details during office
hours.

本中心另有免費興趣
班：榆茄、太極拳、
水彩畫、拉丁舞班
另有有獎冰高遊戲
請在辦公時間用英語
致電206-707-1865
查詢。