



# Chinese Meals on Wheels (Vancouver & Richmond)

**Effective from April**

*Chinese Meals on Wheels options change on a 4-week rotation.*

<b>2024</b>			<b>MONDAY</b>	<b>TUESDAY</b>	<b>WEDNESDAY</b>	<b>THURSDAY</b>	<b>FRIDAY</b>
W E E K 1	Apr 8-Apr 12 May 6-May 10 Jun 3-Jun 7 Jul 1-Jul 5 Jul 29- Aug 2	Aug 26-Aug 30 Sept 23-Sept 27 Oct 21-Oct 25 Nov 18-Nov 22 Dec 16-Dec 20	<b>Braised Seafood Tofu with Satay Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Chicken with BBQ Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Fish with Onion and Tomato Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Pork Patty with Preserved Radish</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Egg with Seafood</b> Vegetables, Soup & Rice
W E E K 2	Apr 15-Apr 19 May 13-May 17 Jun 10-Jun 14 Jul 8-Jul 12 Aug 5-Aug 9	Sept 2-Sept 6 Sept 30-Oct 4 Oct 28-Nov 1 Nov 25-Nov 29 Dec 23-Dec 27	<b>Chicken with Green Onion</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Fish with Onion and Tomato Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Pork Patty with Water Chestnut</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Braised Seafood Tofu with Satay Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Chicken and Potato with Black Bean Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice
W E E K 3	Apr 22-Apr 26 May 20-May 24 Jun 17-Jun 21 Jul 15-Jul 19 Aug 12-Aug 16	Sept 9-Sept 13 Oct 7-Oct 11 Nov 4-Nov 8 Dec 2-Dec 6 Dec 30-Dec 31	<b>Fish with Preserved Vegetables</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Pork Patty with Water Chestnut</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Egg with Seafood</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Chicken with Five Spicy Powder</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Fish and Tofu with Ginger and Green Onion</b> Vegetables, Soup & Rice
W E E K 4	Apr 1-Apr 5 Apr 29-May 3 May 27-May 31 Jun 24-Jun 28 Jul 22-Jul 26	Aug 19-Aug 23 Sept 16-Sept 20 Oct 14-Oct 18 Nov 11-Nov 15 Dec 9-Dec 13	<b>Steamed Pork Patty with Preserved Radish</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Egg with Seafood</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Chicken and Potato with Black Bean Sauce</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Fish with Preserved Vegetables</b> Vegetables, Soup & Rice	<b>Steamed Pork Patty with Water Chestnut</b> Vegetables, Soup & Rice

**\*\*For service in Cantonese / Mandarin, please call 604-733-6615 Mon – Fri (8:30 am – 4:00 pm)\*\***

Chinese Meals on Wheels, a charitable program serving Vancouver & Richmond, is operated by the Health and Home Care Society of BC (also known as "Care BC").  
204 - 3077 Granville St., Vancouver, BC V6H 3J9 | www.carebc.ca | 604-733-6615 | cmow@carebc.ca

2024		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
W E E K 1	4月8-4月12    8月26-8月30 5月6-5月10    9月23-9月27 6月3-6月7    10月21-10月25 7月1-7月5    11月18-11月22 7月29-8月2    12月16-12月20	沙茶海鮮豆腐 蔬菜、例湯 及白飯	叉燒醬雞扒 蔬菜、例湯 及白飯	洋葱蕃茄魚塊 蔬菜、例湯 及白飯	菜甫蒸肉餅 蔬菜、例湯 及白飯	海鮮蒸蛋 蔬菜、例湯 及白飯
W E E K 2	4月15-4月19    9月2-9月6 5月13-5月17    9月30-10月4 6月10-6月14    10月28-11月1 7月8-7月12    11月25-11月29 8月8-8月9    12月23-12月27	香蔥雞扒 蔬菜、例湯 及白飯	洋葱蕃茄魚塊 蔬菜、例湯 及白飯	馬蹄蒸肉餅 蔬菜、例湯 及白飯	沙茶海鮮豆腐 蔬菜、例湯 及白飯	豉汁薯仔雞扒 蔬菜、例湯 及白飯
W E E K 3	4月22-4月26    9月9-9月13 5月20-5月24    10月7-10月11 6月17-6月21    11月4-11月8 7月15-7月19    12月2-12月6 8月12-8月16    12月30-12月31	梅菜魚塊 蔬菜、例湯 及白飯	馬蹄蒸肉餅 蔬菜、例湯 及白飯	海鮮蒸蛋 蔬菜、例湯 及白飯	五香雞扒 蔬菜、例湯 及白飯	薑蔥豆腐蒸魚 蔬菜、例湯 及白飯
W E E K 4	4月1-4月5    8月19-8月23 4月29-5月3    9月16-9月20 5月27-5月31    10月14-10月18 6月24-6月28    11月11-11月15 7月22-7月26    12月9-12月13	菜甫蒸肉餅 蔬菜、例湯 及白飯	海鮮蒸蛋 蔬菜、例湯 及白飯	豉汁薯仔雞扒 蔬菜、例湯 及白飯	梅菜魚塊 蔬菜、例湯 及白飯	馬蹄蒸肉餅 蔬菜、例湯 及白飯

- 如有查詢，請於辦公時間 **星期一至星期五，上午 8:30 至下午 4:00** 致電 604-733-6615。
- 請在送餐時間上午 10:30 至下午 1:00 留在家裏接收午餐。為了你的安全，當你不在家時，義工不會留下你的午餐。若遇上突發狀況，以致送餐服務需要取消，我們將儘早通知受影響客人。
- 如需要更改、取消或終止送餐服務，**請務必在前一個工作日的上午 11:00 通知**，否則仍需收取餐費。
- 請注意：**公眾假期 不會** 提供送餐服務

午餐發票每月寄出，可使用信用卡，支票或銀行本票付款。若以現金付款 (不設找贖)，請親臨本會辦事處。送餐義工並不會代收款項。