

# MENÚ PARA PACIENTES

Para dieta normal, baja en grasa o baja en sodio

## PARA PEDIR SU COMIDA

Usted recibirá uno de nuestros platos fuertes servidos con guarniciones, postre y una bebida. Si prefiere una selección específica, favor llamarnos al 4-3663 o 7-3663.

**Por favor llame antes de las siguientes horas para permitirnos suficiente tiempo de preparar y llevar sus alimentos:**

Desayuno – La noche anterior

Almuerzo – antes de las 11am

Cena – antes de las 4pm

## ¿TIENE VISITANTES?

Los visitantes pueden adquirir vales de comida por adelantado en el Café 601 o en línea. Llame al 7-FOOD (7-3663) cuando esté listo para hacer su pedido. Nuestro personal entregará la bandeja para visitantes a la unidad.



## SERVICIOS DE NUTRICIÓN

Si tiene preguntas acerca de su dieta terapéutica y lo que debe pedir, el asistente puede ayudarle o puede llamar a un nutricionista para que le explique con más detalle.

## DESAYUNO

### ENTRADAS

- ♥✓① Huevos revueltos
- ♥ ③ Panqueques Buttermilk
- ♥✓③ Tostada francesa con canela
  - ① Tortilla de queso
  - ② Sándwiches de desayuno*Salchicha, huevos y queso*  
*Croissant o huevos y queso*  
*English Muffin*

### PANADERÍA

- ♥✓② Muffin de bayas azules/blueberry
- ② Croissant
- ② Danesa

### CEREALES

- ♥✓① Sémola de maíz
- ♥✓② Avena
- ♥✓① Corn Flakes
- ♥✓① Cheerios
- ♥✓② Frosted Flakes
- ♥✓① Rice Krispies
- ♥✓① Raisin Bran
- ♥✓① Cereal de arroz Chex

### GUARNICIÓN

- ① Tocino
- ① Salchichas de cerdo
- ① Salchichas de pollo
- ② Papas de desayuno
- ♥✓① Yogurt griego (natural o arándanos)
- ♥✓① Yogurt de cereza y vainilla

### BEBIDAS

- ♥✓① Café
- ♥✓① Café descafeinado
- ♥✓① Chocolate caliente
- ♥✓① Té
- ♥✓② Leche 2% de grasa
- ♥✓② Leche descremada
- ♥✓② Leche completa
- ♥✓① Lactaid (leche sin lactosa)
  - ② Leche de chocolate
- ♥✓① Jugo de manzana
- ♥✓① Jugo de china
- ♥✓① Jugo de cranberry (arándano)
- ♥✓① Jugo de ciruelas
- ♥ ① Jugo V8

## ALMUERZOS Y CENAS DIARIOS

### PASO 1: ELIJA UN PLATO FUERTE ENTRADA CALIENTE

- ③ Trocitos de pollo empanizados
- ② Pizza de queso
- ② Pizza de Pepperoni
- ✓② Hamburguesa
- ③ Hot Dog
- ♥✓① Pescado al horno con limón
- ③ Pasta Penne con albóndigas
- ③ Macarrones con queso
- ♥✓① Pollo a la parrilla

### ENSALADAS & SÁNDWICHES

- ♥✓① Ensalada de tacos al suroeste
- ② Ensalada de pollo crujiente
- ♥ ② Jamón/queso suizo en pan blanco
- ♥✓② Ensalada de huevo pan blanco
- ✓② Croissant de ensalada de pollo y arándanos
- ♥✓② Sándwich de pollo
- ② Sándwich de queso a la plancha
- ③ Jamón y queso fundido con Dijon
- ② Club de pavo en pan ciabatta

### OPCIONES VEGETARIANAS

- ♥ ③ Hamburguesa de habichuelas negras
- ② Hamburguesa Beyond
- ♥✓① Trozos de pollo Gardein
- ♥ ③ Boloñesa vegana
- ♥✓② Chili de habichuelas y vegetales

### PASO 2: ELIJA 2 GUARNICIONES

- ♥✓② Ensalada como acompañante
- ♥✓② Ensalada César
- ♥✓① Puré de papa
- ♥✓① Arroz blanco
- ♥✓① Sopa de pollo con fideos
- ① Sopa de crema de tomates
- ♥✓② Caldo de pollo
- ♥✓② Caldo de vegetales
- ♥✓① Guineo
- ♥✓① Puré de manzana

### PASO 3: ELIJA 1 POSTRE

- ✓③ Galletas con chips de chocolate (2)
- ♥✓① Crumble de manzana
- ✓① Helado de vainilla
- ✓③ Helado de chocolate
- ♥✓① Gelatina (maranja o limón)
- ♥✓① Duraznos
- ♥✓① Peras
- ♥✓① Taza de frutas
- ♥ ① Pretzels
- ♥✓① Baked Lays (papas horneadas)
- ✓① Tiras de queso
- ♥✓① Zanahorias bebé
- ♥✓① Hummus (garbanzo majado)
- ♥✓① Gelatina de dieta
- ♥✓① Pudín de vainilla
- ♥✓① Pudín de dieta de chocolate
- ♥✓① Granizado de naranja o limón

Para los especiales de las sopas, vegetales, almuerzos, cenas y postres del día, favor ver la siguiente página.

## ESPECIALES PARA ALMUERZO Y CENA

### DOMINGO

#### ALMUERZO

- ♥✓③ Fajitas de carne con arroz español

#### CENA

- ♥✓② Pasta rellena
- ♥✓① Frijoles verdes (vainitas)

#### SOPA

- ♥✓① Fideos con carne

#### POSTRE

- ✓② Pastel de chocolate

### LUNES

#### ALMUERZO

- ♥✓③ Sándwich de pollo BBQ
- ♥✓① Maíz
- ♥✓② Puré de batata

#### CENA

- ✓① Estofado
- ♥✓② Zanahorias asadas
- ♥✓① Puré de papas

#### SOPA

- ② Sopa de pasta y salchicha

#### POSTRE

- ✓① Parfait de tarta de queso

### MARTES

#### ALMUERZO

- ♥✓① Pavo asado
- ♥ ② Relleno (Stuffing)
- ♥✓① Puré de papas
- ♥✓② Calabacín rostizado

#### CENA

- ♥✓① Carne guisada
- ② Panecillo

#### SOPA

- ♥✓① Pollo y arroz

#### POSTRE

- ♥✓④ Bizcocho Ángel con fresas

### MIÉRCOLES

#### ALMUERZO

- ♥✓③ Stroganoff de carne
- ♥✓② Coles de Bruselas asadas

#### CENA

- ♥✓② Pollo a la crema marsala
- ♥✓① Papas asadas
- ♥✓② Vegetales mixtos California

#### SOPA

- ✓① Crema de brócoli

#### POSTRE

- ♥✓① Crumble de manzana

### JUEVES

#### ALMUERZO

- ♥✓① Fricasé de pollo
- ② Panecillo

#### CENA

- ♥✓② Salmón glaseado con miel
- ♥✓① Arroz Pilaf
- ♥✓② Habichuelas verdes

#### SOPA

- ♥ ① Sopa de carne y cebada

#### POSTRE

- ✓② Brownie

### VIERNES

#### ALMUERZO

- ♥✓② Chili de pavo
- ② Pan de maíz (cornbread)

#### CENA

- ② Pescado
- ♥✓② Papa horneada
- ♥✓② Zanahorias rostizadas
- ① Ensalada de repollo

#### SOPA

- ♥✓① Sopas Toscana (habichuelas blancas)

#### POSTRE

- ♥✓② Tarta de bayas

### SÁBADO

#### ALMUERZO

- ♥✓① Pollo a la barbacoa con miel
- ♥✓① Arroz Pilaf
- ♥✓② Brócoli

#### CENA

- ✓① Meatloaf
- ♥✓② Maíz
- ♥✓① Puré de papas

#### SOPA

- ♥✓① Sopa vegetariana Minestrón

#### POSTRE

- ✓③ Bizcocho de zanahoria

♥	El alimento junto al símbolo se puede pedir en una <b>dieta baja en grasas.</b>
✓	El alimento junto al símbolo se puede pedir en una <b>dieta baja en sodio.</b>
🍴	El alimento junto al símbolo es <b>vegetariano.</b>
①	Porción de carbohidratos/ Intercambio es igual a 15 gramos de carbohidratos.
②	La Dieta de Carbohidratos Resistentes permite los alimentos señalados con un círculo verde; elija un total de 5 raciones (75 gramos de carbohidratos) por comida.

Nos complace también ofrecer opciones de alimentos Halal y Kosher. Por favor, pida más información al personal de alimentos o llame a la extensión 73663.

## ¡NOS ENCANTARÍA SABER LO QUE OPINA!

Escanee el código QR para completar una encuesta sobre su servicio de comidas aquí.

