

Bebidas

Café: Regular – Descafeinado

Té: Regular – Descafeinado – Manzanilla- Té helado

Chocolate Caliente: Regular – Sin Azucar

Leche: 1% - Descremada– Lactaid – Soya –
Leche Chocolateada con bajo contenido de grasa

Ginger-Ale – Seltzer

Jugos y Frutas

Jugos: Naranja – Manzana – Arándanos - V8

Frutas: Banana – Naranja – Manzana – Melón de Estación

Compota de Frutas: Durazno – Peras – Pure de Manzana -
Mandarinas – Ensalada de Frutas

Yogurt

Regular: Natural – Vainilla – Fresa

De Baja Calorias: Fresa – Durazno

Cereal

Caliente: Avena – Avena con Canela – Crema de Trigo

Frios: Hojuela de Maiz (Corn Flakes) – Hojuelas de Arroz (Crispy Rice) –
Cheerios – Total – Salvado con Pasas - Rice Chex

Breakfast Bakery

Muffins: Moras Azules – Maiz – Bran Muffin

Bagels: Natural – Sesame – Trigo Integral
Panecillo Kaiser

Opciones: Smart Balance – Jalea – Jalea Dietetica –
Queso Crema de Baja Caloría

Plato Principal de Desayuno

Huevos: Revueltos – Clara de Huevos – De Baja Calorías

Tortilla: Clara de Huevos – De Baja Calorías

Elige hasta 4 acompañamientos : Cebolla Roja – Broccoli - Espinaca –
Pimiento – Hongos -- Pavo

Panqueque: Suero de Leche – con Moras Azules – con Banana

Tostada Francesa: Con Moras Azules – con Banana

Sandwich de Huevo:

Elección de Pan: Panecillo Kaiser

Elección de Queso: Suizo

Elección de Carne: Rebanada de Pavo

(Chefs) Opción mas Saludable: Clara de Huevos Revueltos con Rebanada de
Pavo y Queso Suizo en un Panecillo Kaiser Integral

Sopas

Sopas: De Tomate Campbell’s – De Pollo con Arroz –

Sopa de Lenteja – de Pasta Fagioli

Consomé: Res - Pollo - Vegetales

Plato Frios/ Ensalada como Plato Principal

Ensalada de Queso Cabaña: Queso Cabaña con Fruta de Estación

Ensalada de Fruta Fresca con Yogurt Natural

Ensalada de Hummus : Vegetales Frescas del Jardín (Pepinos, Tomates
Apio y Zanahoria) acompañado con salsa cremosa de Hummus

Shake It Up Salad Station

(Crear tu Propia Ensalada como Plato Principal)

Elección de Lechuga: Lechuga Romana Picada –

Lechuga Mixta de Estación – Espinaca Especialmente Escojidas

Elección de (1) Proteina: Camarón Horneada -

Pollo a la Parrilla Marinada– Bistec Flank en Rodajas – Tofú

Elección (hasta 4): Rodajas de Cebolla Roja – Tomates Cerezas –

Pimiento Verdes – Trozitos de Pan Tostada –Nueces Picadas –

Rodajas de Pepinos – Arándanos Secas - Garbanzos –

Rodajas de Hongos – Semillas de Girasol

Aderezos: Lite Italian – Aceite de Oliva con Vinagre - Lite Ranch

Plato Principal

Pollo Francesa: Salteado con un a Salsa de Limón y Vino Blanco

Pollo Parmesano (A la Parrilla)

Pavo con Jugo: Horneado

Filete de Pescado: Aderezado con Ajo, Limón y Hierbas

Salmón Horneado

Pan de Carne Casera: Servido con su propio jugo

Carne Asada

Pollo Paillard a la Parrilla: Servido sobre Espinacas Salteada
y Pure de Papas

Guarniciones:

Papa Asada - Panecillo – Papas Fritas Horneadas - Pure de Papas

Pure de Camote - Arroz Integral – Arroz Blanco – Relleno (Stuffing) -

Mini Zanahoria – Broccoli - Maíz - Vainitas –

Frijoles Negras tipo Cubano (Vegetariano)

Ensalada: Mixta – Queso Cabaña – de Repollo -

Bastoncito de Apio y Zanahoria -Rodajas de Pepinos-

Plato de Puré de Garbanzo con Zanahoria

Galletas de Soda con Mantequilla de Maní Natural

De la Parrilla

Hamburguesa – Pollo a la Parrilla –

Hamburguesa de Frijoles Negras – Sandwich de Queso Caliente

Elección de Pan

Rye Bread – Pan de Trigo Integral – Pan Blanco

Rollo de Hamburguesa – Rollo de Hamburguesa Integral

Elección de Acompañamientos

Lechuga – Tomate – Hongos Salteado - Queso Suizo -

Cebolla Salteado

Pasta Bar

Elección de Pasta: Penne - Linguini – Penne Integral

Elección de Salsa: Salsa de Carne de Res - Salsa Marinara –

Salsa de Ajo y Aceite de Olivo Extra Virgen & Vino Blanco

Elección de: Vegetales Mixta– Hongos – Trocitos de Pollo Marinada

Especiales del Deli

Sandwich de Ensalada Clasica de Pollo o Atún

Sandwich de Pavo

Roasted Beef

Elección de Pan: Rye Bread - Blanco – Pan Integral –

Panecillo Kaiser - Tortilla de Harina - Bagel – Panecillo Kaiser Integral

Elección de Acompañamientos: Lechuga – Tomate – Queso Suizo

Condimentos: Mostaza - Lite Mayo –Ketchup

Postres

Biscochuelo Angel -

Biscochuelo Angel de Chocolate –

Cobbler de Durazno y Peras –

Ensalada de Frutas Fresca Marinada –

Fruta Fresca

Compotas de Fruta: Durazno - Peras – Puree de Manzana - Mandarina

Galletas: Fig Newton – Graham Crackers

Gelatina: (Regular or Sin Azucar) Fresa o Naranja

Helado: Vainilla sin Azucar

Pudding : Vainilla sin Azucar – Chocolate sin Azucar

DIETA CARDIACA:

DIETA PARA ENFERMOS CARDÍACOS:

Esta dieta puede tener bajo contenido de: grasas saturadas, colesterol, sodio, cafeína, y fluidos según sea necesario. Esta dieta generalmente se indica para los pacientes cardíacos y los pacientes con presión arterial alta.

Opciones de comidas sugeridas: Los alimentos preparados sin agregado de sal o exceso de grasa, leche descremada o de bajo contenido graso, galletas de agua sin sal, fruta fresca, verduras, sustituto de huevo, carnes magras, pollo y pescado.

Alimentos sugeridos para limitar: Leche entera, mantequilla, carnes procesadas, comidas fritas, los postres sustanciosos, y la sal de mesa.

DIETA CON BAJO CONTENIDO DE HIDRATOS DE CARBONO/PARA DIABÉTICOS:

Si su médico le ha indicado que haga una dieta con bajo contenido de carbohidratos, usted debe limitar su consumo de carbohidratos. El nivel de calorías que su médico le indicó determinará la cantidad de opciones de carbohidratos permitida en cada comida. Los alimentos que contienen carbohidratos incluyen frutas, panes y alimentos a base de almidón, productos lácteos (excepto el queso), y los dulces. Cada intercambio de carbohidratos proporciona aproximadamente 15 gramos de carbohidratos por porción.

DIETA PARA PACIENTES CON ENFERMEDAD RENAL:

Esta dieta proporciona cantidades específicas de proteínas, sodio, potasio, líquidos y/o fósforo. Se utiliza para los pacientes que tienen enfermedad renal.

Opciones de comidas sugeridas: Los alimentos preparados sin sal, frutas, verduras con bajo contenido de potasio, tales como: frijoles verdes, guisantes, manzanas, porciones medidas de carnes, leche y productos lácteos para obtener proteínas.

Alimentos sugeridos para limitar: Los alimentos preparados con sal, frutas y verduras con bajo contenido de potasio, tales como: naranjas, bananas, tomates, papas, y cantidades excesivas de carnes, leche y otras fuentes de proteínas.

Llamar al 8-3463 (8-DINE) para hacer su pedido

(4/13)

Para su seguridad, nosotros solo aceptamos su pedido después que su Doctor entre en la computadora su orden de dieta.

Fecha _____

Comida para los Visitantes del Paciente

La Familia y Visitantes del paciente tiene la opción de compartir la comida con el paciente: el costo por cada comida es de \$10,00 por persona. Visite a uno de nuestros establecimientos (The Market Place Café o Skyline Deli) para comprar una tarjeta de "Guest Meal Card" Seleccione su comida en el Menu de Comida para Visitantes y ordene su comida después que el paciente haga su pedido llamando a uno de nuestros operadores del centro de llamadas. Su Comida será llevado junto con el del paciente. Favor de entregar la tarjeta al Embajador que le lleve la comida.