

Bebidas

Cafe: Regular – Descafeinado

Te: Regular – Descafeinado – Manzanilla -té helado

Chocolate Caliente: Sin Azucar

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

Ginger-Ale – Seltzer

Jugos y Frutas

Jugos: Naranja – Manzana – Tomate – Arandanos - Ciruela

Frutas: Banana – Naranja – Manzana – Melon de Estacion

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: Hojuelas de Arroz (Rice Krispies) – Cheerios –
Total – Salvado con Pasas

Breakfast Bakery

Bagels: Natural – Sesame – Trigo Integral

Panecillo Kaiser

Opciones: Smart Balance – Jalea – Jalea Dietetica –
Mantequilla de Mani Natural

Plato Principal de Desayuno

Huevos: Revueltos – Clara de Huevos – De Baja Calorias

Tortilla: Clara de Huevos – De Baja Calorias

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

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

Tostada Francesa: Original - Con Moras Azules – con Banana

Sandwich de Huevo:

Eleccion de Pan: Panecillo Kaiser

Eleccion de Queso: Suizo

Eleccion de Carne: Rebanada de Pavo

Sopas

Sopas: De Tomate Campbell’s – De Pollo con Arroz –
Sopa de Lenteja

Consome: Res - Pollo - Vegetales

Plato Frios/ Ensalada como Plato Principal

Ensalada de Fruta Fresca con Yogurt Natural

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

Shake It Up Salad Station

(Crear tu Propia Ensalada como Plato Principal)

Eleccion de Lechuga: Lechuga Romana Picada –
Lechuga Mixta de Estacion – Espinaca Especialmente Escogidas

Eleccion de (1) Proteina: Pollo a la Parrilla Marinada–
Bistec Frank en Rodajas – Tofu

Eleccion (hasta 4): Rodajas de Cebolla Roja – Tomates Cerasas –
Pimiento Verdes – Trozitos de Pan Tostada –Nueces Picadas –

Rodajas de Pepinos – Arandanos Secas - Garbanzos –
Rodajas de Hongos – Semillas de Girasol

Aderezos: Aceite de Oliva con Vinagre

Plato Principal

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

Pollo Parmesano (A la Parrilla)

Pavo con Jugo: Horneado

Filete de Pescado: Aderezado con Ajo, Limon y Hierbas

Salmon Horneado

Pan de Carne Casera: Servido con su propio jugo

Carne asada

Chicken Paillard a la Parrilla: Servido sobre Linguini con Espinacas
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 - Maiz - Vainitas –

Frijoles Negras tipo Cubano (Vegetariano)

Ensalada: Mixta – de Repollo -Bastoncito de Apio y Zanahoria
-Rodajas de Pepinos-

Plato de Puré de Garbanzo con Zananhoria

Galletas de Soda con Mantequilla de Mani al Natural

De la Parrilla

Hamburguesa – Pollo a la Parrilla –

Sandwich de Queso Caliente

Eleccion de Pan

Rye Bread – de Trigo Integral – Pan Blanco

Eleccion de Acompañamiento

Lechuga – Tomate – Queso Suizo

Pasta Bar

Eleccion de Pasta: Penne - Linguini – Penne Integral

Eleccion de Salsa: Salsa de Carne de Res - Salsa Marinara –
Salsa de Ajo y Aceite de Olivo Extra Virgen & Vino Blanco

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

Especiales del Deli

Sandwich de Ensalada Clasica de Pollo

Sandwich de Pavo

Roasted Beef

Eleccion de Pan: Rye Bread – Pan Blanco – Pan Integral –
Panecillo Kaiser - Bagel

Eleccion de Acompañamiento: Lechuga – Tomate – Queso Suizo

Condimentos: Lite Mayo

Postres

Ensalada de Frutas Fresca Marinada

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

Gelatina: (Regular or Sin Azucar) Fresa o Naranja

Helado: Vainilla sin Azucar

Pudding: Vainilla sin Azucar – Chocolate sin Azucar
Graham Crackers

DIETA CARDIACA CON BAJO

CONTENIDO DE SAL:

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.