

Desayuno

BEBIDAS

Café: Regular | Descafeinado

Té: Regular | Descafeinado | Manzana | Té Helado Sin Endulzar

Chocolate Caliente: Sin Azúcar Añadido (1g)

Jugo: Tomate (7g) | V8 (6g)

Leche: Entero (7g) | Descremada (7g) | Lactaid (13g) | Soya de Vainilla (18g)

Soda: Ginger Ale Dietética | Agua Mineral

CONDIMENTOS

Mantequilla | Smart Balance | Mermelada Dietética (3g) | Queso De Crema Baja en Grasa (1g) | Mantequilla de Mani

(8g) Salsa de Tomate (3g) | Sal | Pimienta | Crema De Café | Splenda | Equal | Jarabe Dietética (5g) | Limón

Mrs. Dash | Crema Agria | Salsa (2g) | Mayonesa Baja en Grasa | Mostaza | Salsa de Barbacoa (8g)

PLATO PRINCIPAL

Huevos: Revueltos | Clara de Huevos Revueltos | Huevos Hervidos (2pc)

Tortilla de Huevo: Huevos | Clara de Huevos

Elige hasta 4 ingredientes: Cebolla Roja | Brocoli | Espinaca | Pimientos | Hongos | Pavo | Jamón

Queso Americano o Queso Suizo

Panqueque (1pc): Suero de Leche (18g) | con Moras Azules (24g) | con Banana (32g)

Tostada Francesa (1pc): Natural (27g) | con Moras Azules (33g) | con Banana (41g)

SÁNDWICH DE HUEVO

Huevos: Huevo | Clara de Huevos

Panecillo: Kaiser (43g) | Rollo Kaiser Integral (38g)

Queso: Americano | Suizo

Carne: Jamón | Pavo | Salchicha

Opción de Sándwich Saludable del Chef: Clara de Huevo con Queso Suizo, Pavo en Rollo Trigo Integral (38g)

EL ACOMPAÑAMIENTO (4 un total):

FRUTAS:

Fruta Entera: Banana (27g) | Naranja (15g) | Manzana (25g) | Uvas (10g) | Melón (10g)

Fruta Refrigerada: Durazno (14g) | Peras (18g) | Pure de Manzana (12g) | Pure de Manzana de Mango y Naranja (16g)

Mandarinas (13g) | Ensalada de Frutas (20g)

YOGUR:

Lite: Fresa (13g) | Durazno (13g) | Vainilla (13g) | Arándano (13g) | Natural (12g)

CEREAL:

Caliente: Avena (14g) | Avena con Canela (14g) | Crema de Trigo (12g) | Avena Instantanea (18g)

Crema de Trigo Instantanea (21g)

Frio: Rice Krispies (16g) | Corn Flakes (18g) | Raisin Bran (28g) | Rice Chex (16g) | Cheerios (14g)

DESAYUNO PANADERÍA (1 un total):

Muffin: Arándano (29g) | Maiz (29g) | Arándano Bajo en Grasa (29g) | Banana Bajo en Grasa (30g)

Bagel: Natural (47g) | Sésamo (47g) | Con Todo (47g) | Trigo Integral (47g)

Pan: Blanco (14g) | Integral (13g) | Centeno sin Semillas (16g)

EL ACOMPAÑAMIENTO ADICIONAL:

Salchicha | Salchicha de Pavo | Papas Fritas Caseras | Huevo Duro | 1/2 Porción de Huevos Revueltos

El Desayuno Termina a las 10am Todos los Días

Los artículos limitados están disponibles durante todo el día. Huevos revueltos, tortillas, huevos duros, cereales y bagels

Durante su estadía en Stony Brook Hospital, su dieta puede cambiar varias veces debido a pruebas, tratamiento o cirugía

DIETA:

Control de Carbohidratos

Su médico le ha prescrito una dieta para diabéticos que está controlado por carbohidratos. Alimentos que contienen carbohidratos incluyen frutas, panes y alimentos ricos en almidón, productos lácteos (excepto queso) y dulces.

Para realizar su pedido, elija:

Uno (1) plato principal

Cuatro (4) lados (desayuno)

Cuatro (4) o cinco (5) acompañamientos (almuerzo y cena)

Tres (3) bebidas

1. Marque 8 -DINE (extensión 8-3463) entre las 7 am y las 7 pm
2. Identifíquese con el Asociado de Servicio a la Habitación, quien verificará su nombre, número de habitación y la dieta ordenada por su médico. Haz tu pedido. Su comida especialmente preparada se le servirá dentro de los 60 minutos de su solicitud.
3. Haga su pedido. Su comida especialmente preparada se le servirá dentro de los 60 minutos posteriores a su solicitud.

El Departamento de Alimentos y Nutrición está aquí para brindarle un excelente servicio. Siéntase libre de informar a su asociado de servicio a la habitación cómo podemos ayudarlo a satisfacer sus necesidades de servicio de alimentos.

DIETAS ESPECIALES / RESTRINGIDAS

Tenga en cuenta que no todos los elementos del menú son apropiados para todas las dietas. Si está en una dieta especial o restringida, nuestro asociado de servicio a la habitación lo ayudará con sus selecciones de comidas. Para su seguridad, aceptaremos sus selecciones de menú solo después de que su médico haya ingresado su orden de dieta.

¡Necesitamos su regeneración!

Si recibe una encuesta de satisfacción del paciente por correo, llénela y devuélvala.

¡Tu opinión cuenta!

NOMBRE: _____

LA FECHA/HABITACIÓN # : _____

9/23



Almuerzo y Cena

DIETA: Contol de Carbohidratos

PLATO PRINCIPAL

Pollo Francaise: Salteado con un Salsa de Limon y Vino Blanco (4g)
Pollo Parmesano A La Parrilla: Con Capas De Salsa Marinara Y Queso De Mozzarella (4g)
Pavo Asado Al Horno Con Gravy
Salmon Horneado: Servido con Migas de Pan, Ajo y Limón (1g)
Pescado Blanco al Horno: Servido con Ajo y Limón
Pan de Carne con Gravy (7g)
Pollo a la Parrilla
Fajitas: Pollo (24g) | Camarone (24g) | Tofu (27g)
Macarrones con Queso: Servidos en una Salsa Cremosa de Queso (25g)
Panini con Tomate, Mozzarella y Albahaca (52g)
Quesadillas: Pollo (24g) | Frijoles Negros (45g) | Queso (24g)
Carne Asada Caliente en Pan Ciabatta con Cebollas Caramelizadas

PASTA

Elección de Pasta: Penne (36g) | Linguini (50g) | Pasta de Lenteja Rojas Sin Gluten (45g)
Elección de Salsa: Marinara (8g) | Carne (7g) | Mantequilla | Salsa de Vodka (5g) | Ajo, Aceite de Oliva Virgen Extra y Vino Blanco
Elección de Ingredientes: Verduras Mixtas | Setas | Pollo | Tofu (2g)

DESDE EL GRILL

Hamburguesa | Pollo Marinado a La Parrilla | Hamburguesa de Pavo (*¡libre de antibióticos!*)
Hamburguesa de Frijoles Negros (26g) | Sándwich de Queso Fundido
Elección de pan (por rebanada): Blanco (14g) | Trigo Integral (13g) | Centeno sin Semillas (16g)
Bollo de Hamburguesa (30g) | Rollo de Hamburguesa Integral (28g)
Elección de Ingredientes: Lechuga | Tomate | Champiñones Salteados | Jamón (*solo queso a la parrilla) | Queso Americano o Queso Suizo

SHAKE IT UP' ESTACION DE ENSALADAS

(Crea tu propia ensalada gourmet de plato principal)

Elección de Lechuga: Romana | Mesclun | Espinaca
Elección de (1) Proteína: Pollo a La Parrilla | Tofu (2g) | Salmón | Ensalada de Pollo o Atún | Camarón
Elección de (4) Ingredientes: Cebollas Rojas | Tomates | Pimientos | Crutones (5g) | Nuez (2g)
Pepinos | Arándanos Secos | Garbanzos (5g) | Setas | Semillas de Girasol (3g) | Aceituna Negra

Aderezos: Aceite de Oliva | Vinagre de Vino Tinto | Italiano Sin Grasa (1g) | Rancho Libre de Grasa (4g) César (4g)

PIZZA

Pizza de Queso Individual Personal, 1/2 (53g):
Elección de Ingredientes: Natural | Pimientos | Setas | Pepperoni | Cebollas Rojas | Aceitunas Negras Brócoli

PLACAS FRIAS

Plato de Frutas Fresa con Yogur de Vainilla (38g) o Natural (35g)
Plato del Requesón con Frutas Fresa (33g)
Plato de Hummus y Verduras: Verduras Frescas de Jardín (Pepinos, Tomates, Apio y Zanahorias) Servidas con Hummus Cremoso (16g)

ESPECIALES DE DELI

Envuelto de Ensalada César Con Pollo
Pavo | Carne Al Horno | Ensalada de Pollo o Atún
Elección de pan (por rebanada): Blanco (14g) | Trigo Integral (13g) | Centeno sin Semillas (16g) Tortilla (52g)
Elección de Ingredientes: Lechuga | Tomate | Queso Americano o Queso Suizo

SOPAS, ACOMPAÑAMIENTO Y POSTRES

SOPA

Sopa de Albahaca y Tomate Baja en Sodio (16g) | Sopa de Pollo y Arroz (10g)
Sopa de Lenteja (20g) | Sopa de Pasta Fagioli (25g)
Campbell's Sopa de Crema Tomate (25g)
Caldos: Res (2g) | Pollo (2g) | Verdura (2g)

EL ACOMPAÑAMIENTO

Papa Horneada (32g) | Papas Fritas (25g) | Macaroni con Queso (25g) | Puré de Papas (15g)
Puré de Camote (22g) | Arroz Integral (14g) | Arroz (15g) | Relleno (11g) | Zanahorias | Brocoli
Maiz (14g) | Judias Verdes | Frijoles Negros Cubano (15g) | Penne (18g)
Penne con Salsa Marinara (16g) | Pasta de Lenteja Rojas Sin Gluten (20g) | Insalata Verde
Requesón (6g) | Ensalada de Repollo Española | Palitos de Verduras | Pepinos
Ensalada de Macarrones (23g) | Ensalada de Papas (25g)
Mantequilla de Mani y Galletas (20g) | Zanahorias y Hummus (4g)

POSTRES

La Panadería: Bizcocho de Angel (28g) | Bizcocho de Angel Chocolate (20g)

Fruta Entera: Banana (27g) | Naranja (15g) | Manzana (25g) | Uvas (10g) | Melón (10g)
Fruta Refrigerada: Durazno (14g) | Peras (18g) | Pure de Manzana (12g)
Pure de Manzana de Mango y Naranja (16g) | Mandarinas (13g) | Ensalada de Frutas (20g)
Galletas Graham (11g)
Gelatina (Sin Azúcar): Fresa (2g) | Naranja (2g)
Helado (Sin Azúcar Añadido): Vainilla (20g) | Chocolate (18g)
Hielo de la Fruta Limon Sin Azúcar Añadido (20g)
Pudín (Sin Azúcar Añadido): Vainilla (13g) | Chocolate (13g) | Arroz (14g)