

# Desayuno

## **BEBIDAS**

**Café:** Regular | Descafeinado

**Té:** Regular | Descafeinado | Manzanilla | Té Helado Sin Endulzar

**Chocolate Caliente:** Sin Azúcar Añadido (1g)

**Jugo:** V8 (6g)

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

**Soda:** Ginger Ale Dietética | Agua Mineral

## **CONDIMENTOS**

Smart Balance | Memelada Dietética (3g) | Queso De Crema Baja en Grasa (1g) | Salsa de Tomate (3g) |

Pimienta | Crema De Café | Splenda | Equal | Jarabe Dietética (5g) | Limón | Mrs. Dash | 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 | 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**

**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) | 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:**

Papas Fritas Caseras | Huevo Duro | 1/2 Porcion 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:

# Cardíaco, 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

cinco (5) acompañamientos

Tres (3) bebidas

¡Nos complace ofrecerte una experiencia culinaria sin complicaciones a través de nuestra nueva aplicación de pedidos de comidas! ¡Descarga la aplicación CBORD Patient para explorar una amplia variedad de deliciosas opciones de comidas desde la comodidad de tu habitación



CBORD Patient  
The CBORD Group, Inc.  
Facility ID: sbuh11794

1. Busque 'CBORD Patient' en su tienda de aplicaciones o escanee el código QR a continuación.
2. Descargue e instale la aplicación.
3. Cree su cuenta e inicie sesión.
4. Ingrese el ID de la instalación (sbuh11794) y su número de facturación (ubicado en su pulsera). Para obtener ayuda para identificar este número, por favor, pregunte a su enfermera.
5. Comience a explorar sus opciones de comidas personalizadas y realice su pedido sin esfuerzo.

## Si no desea utilizar nuestra aplicación, siga las instrucciones a continuación:

1. Marque 8-3463 (8-DINE), o (631) 444-3463 desde tu teléfono móvil, entre las horas de 7 am y 7pm.
2. Identifícate con el Asociado de Servicio de Habitación, quien verificará tu nombre, número de habitación y la dieta ordenada por tu médico.
3. Realiza tu pedido. Tu comida específicamente preparada será servida dentro de 60-90 minutos después de tu solicitud.

NOMBRE: \_\_\_\_\_

HABITACIÓN # : \_\_\_\_\_

5/24



Stony Brook Medicine

# Almuerzo y Cena

DIETA: Cardíaco, Control 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 Ajo y Limón P  
**escado Blanco al Horno:** Servido con Ajo y Limón  
**Pan de Carne con Gravy (7g)**  
**Pollo a la Parrilla**  
**Carne Asada Caliente con Cebolla Caramelizada en un Rollo de Ciabatta**

## PASTA

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

## DESDE EL GRILL

**Hamburguesa | Hamburguesa de Pavo** (*¡libre de antibióticos!*) **Hamburguesa de Frijoles Negros (26g) | Pollo Marinado a La Parrilla | 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 | Setas Salteados 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)  
**Aderezos:** Aceite de Oliva | Vinagre de Vino Tinto | Italiano Sin Grasa (1g) | Rancho Libre de Grasa (4g)

## 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 Jardin (Pepinos, Tomates, Apio y Zanahorias)  
Servidas con Hummus Cremoso (16g)

## ESPECIALES DE DELI

**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 Suizo

## SOPA, 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)  
**Caldos:** Res(2g) | Pollo (2g) | Verdura (2g)

### EL ACOMPAÑAMIENTO

Papa Horneada (32g) | Papas Fritas (25g) | Puré de Papas (15g)  
Puré de Camote (22g) | Arroz Integral (14g) | Arroz (15g) | Relleno (1g) | 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  
Zanahorias y Hummus (4g)

### POSTRES

**La Panadería: Bizcocho de Angel (28g) | Bizcocho de Angel Chocolate (29g)**  
**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:** (Regular or Sin Azúcar) Fresa (2g) | Naranja (2g)  
**Helado (Sin Azúcar Añadido):** Vainilla | Chocolate  
**Hielo de la Fruta Limon Sin Azúcar Añadido**  
**Pudín (Sin Azúcar Añadido):** Vainilla | Chocolate | Arroz