

Los artículos del menú de "Especiales del Chef" pueden no cumplir con los requisitos de su dieta

Servicios de comedor de Stony Brook

Sirviendo a nuestra comunidad, una comida a la vez

Dieta de Control de Carbohidratos

Especiales del chef

*NSA = Sin azúcar agregada

Lunes

DESAYUNO: Huevos revueltos con queso cheddar (1g), Hash de batata dulce (17g), Cream of Wheat® (12g)

ALMUERZO: Solomillo de Cerdo Mediterráneo, Papas Alargadas (23g), Brócoli Sazonado (4g)

CENA: Pollo caprese (7g), Penne a la marinara (30g), coliflor asada sazonada (3g)

Martes

DESAYUNO: Muffin de Huevo (8g), Salchicha de Pavo (1g), Papas Para Desayuno (21g), Avena (10g), Taza de Fruta Fresca (14g)

ALMUERZO: Pollo a la Francesa de la Chef Denise (5g), Arroz con Cúrcuma (21g), Judías Verdes Frescas Sazonadas (4g)

CENA: Estofado de Carne Yankee (1g), Papas con Perejil (21g), Verduras Asadas Sazonadas (10g)

Miércoles

DESAYUNO: Omelette con Queso Cheddar (3g), Batatas en Trocitos (17g), Cream of Wheat® (12g)

ALMUERZO: Pasta Rigatoni con Boloñesa de Pavo (31g), Coles de Bruselas Asadas Sazonadas (5g), Ensalada Mixta

CENA: Bacalao Islip al Horno con Mostaza Dijon (4g), Arroz con Cúrcuma (21g), Judías Verdes Frescas Sazonadas (10g)

Jueves

DESAYUNO: Huevos, queso cheddar en un pan inglés, Avena (10g), Ensalada de Frutas (14g)

ALMUERZO: Tarta de Pollo (11g), Brócoli al Vapor Sazonado (4g)

CENA: Costillas de Ternera Estofada (14g), Puré de Papas (14g), Verduras Asadas Sazonadas 10g)

Para visitantes-CÓMO HACER UN PEDIDO DESDE ESTE MENÚ

Los visitantes pueden comer con los pacientes. Compre una tarjeta de comidas para visitantes en The Marketplace Café en el piso 5.

Viernes

DESAYUNO: Pastel con Huevo (Huevos Benedictinos) (9g), Papas Doradas (13g), Cream of Wheat® (12g), Taza de Fruta Fresca (14g)

ALMUERZO: Pollo Parmesano (10g), Penne con Salsa Marinara (30g), Salteado de Cabaza Sazonada (3g)

CENA: Salmón a la Plancha con Salsa de Tomate Amarillo (3g), Arroz con Cúrcuma (21g), Espárragos Grillados

Sábado

DESAYUNO: Panqueque de Suero de Leche con Jarabe Dietético (23g) Salchicha de Cerdo, Huevos Revueltos, Avena (10g), taza de fruta fresca (14g)

ALMUERZO: Lasaña Arrollada con Boloñesa de Pavo, Ensalada Mixta, Panecillo (15g)

CENA: Pavo Asado con Salsa (3g), Relleno de Hierbas (5g), Zanahorias Glaseadas (7g)

Domingo

DESAYUNO: Huevos Revueltos, Papas Para Desayuno (21g), Salchicha de Pavo (1g), Avena (10g), Taza de Frutas Fresca (14g)

ALMUERZO: Pastel de Carne (8g), Puré de Papas (14g), Guisantes y Zanahorias Sazonados (6g)

CENA: Pasta Farfalle con Pollo Grillado, Brócoli y Tomate Secos (46g), ensalada César (8g)

Cómo hacer un pedido

1. Marque 8-3463(8-DINE) o (631) 638-3463 desde su teléfono celular.
2. Identifíquese ante el asociado del servicio a la habitación, quien verificará su nombre, número de habitación y dieta asignados por el médico.
3. Haga su pedido. La comida preparada especialmente para usted se le servirá entre 60 y 90 minutos después de su solicitud.

À la carte

Desayuno: Disponible de 7:00 a. m. a 10:00 a. m

Platos principales

Huevos: Revueltos, Blancos o Duros (2ea)

Omelette: Solo de Huevo o con Queso Cheddar (3g)

Omelette de Denver: Queso, Cebollas, Pimientos y Jamón (8g)

Sándwich de Desayuno: Huevos, queso cheddar en un pan inglés (43g)

Panqueques: Solos (18g cada) o con Arándanos (24g cada)

Tostadas Francesas (27g)

Guarniciones para el desayuno

Papas para Desayuno (21g), Salchicha de Cerdo, Salchicha de Pavo (1g)

CEREALES:

Calientes: Avena (10g), Cream of Wheat® (12g), Cream of Rice® (18g)

Fríos: Corn Flakes® (18g), Cheerios® (14g), Rice Krispies® (16g), Raisin Bran® (28g), Rice Chex® (16g)

YOGUR (BAJO EN GRASA)

Arándano (15g), Durazno (13g), Fresa (15g), Vainilla (14g), Natural (12g), Requesón (6g)

FRUTAS

Frutas frescas: Banana (27g), Naranja (13g), Taza de Fruta Fresca (14g), Uvas Rojas (10g), Manzana (25g)

Copas de frutas: Puré de Manzana (12g), Peras en Cubitos (18g), Mandarinas (13g), Duraznos en Cubitos (14g)

Panadería

Muffin de Arándanos (30g), Muffin de Banana (30g)

Bagels (40g cada): Simple, Integral, Con Todo, Sésamo

Bebidas

Café: Regular o Descafeinado

Té: Regular, Descafeinado, Manzanilla, Té Helado

Chocolate caliente: Sin Azúcar Agregada (11g)

Leche: Entera (6g), Descremada (6g), Lactaid® (13g), Soja Con Vainilla (18g)

Jugo: V8® (bajo en sodio) (6g)

Soda: Ginger Ale dietético, Seltzer

* Es posible que los platos del menú "Especiales del chef" no cumplan con su dieta.

Dieta de Control de Carbohidratos

Almuerzo y cena: Disponible de 11:00 a. m. a 7:00 p. m.

Platos principales

ENTRADAS CALIENTES Pastel de Carne de Res (8g), Pavo Asado en Rodajas, Pollo a la Francesa (5g), Salmón Horneado con Limón, Lasaña Arrollada con Salsa de Carne de Pavo (31g)

PARRILLA Hamburguesa, Hamburguesa con Queso, Hamburguesa de Pavo, Hamburguesa de Frijoles Negros (26g), Queso Grillado*, Pechuga de Pollo Grillada, Tiras de Pollo (23g), Pizza Personal (natural o pepperoni) (53g)

* A elección de pan blanco (26g), integral (26g), o de centeno (34g)

DELICATESSEN Ensalada de Pollo (4g), Ensalada de Atún (4g), Pavo, Roast Beef, Queso Americano, Cheddar, Suizo, Ensalada de Repollo (4g), Ensalada de Papa (27g)

OPCIONES SIN GLUTEN Pasta (43g), Media Pizza (50g), Queso Grillado, Bagel (21g), Panecillo (15g), Pan Blanco (2 rebanadas) (32g)

Guarniciones y Sopa

GUARNICIONES: Puré de Papas (14g), Puré de Batatas (22g), Papas Fritas al Horno (25g), Macarrones con Queso (12g), Arroz Blanco (15g), Judías Verdes Sazonadas (4g), Brócoli Sazonado (4g), Zanahorias Sazonadas (7g)

SOPAS: Pollo y arroz (10g), Tomate (16g), Sopa del Día

Ensaladas

Ensalada Mixta, Ensalada César (guarnición (2g) o entrada (10g)

* Agregue pollo a la ensalada tamaño entrada (15g)

Ensalada del Chef (2g)

Bandeja de Hummus, Verduras y Pan Pita (32g)

Bandeja de Frutas Frescas (25g)

* Agregue requesón (33g), Yogur de Vainilla (39g) o Ensalada de Pollo (29g)

Postres *NSA = Sin azúcar agregada

Pudín (NSA): Chocolate (13g), Vainilla (13g), Arroz (14g)

Helados (NSA): Chocolate (18g) o Vainilla (20g)

Gelatina (NSA): Fresa (2g) o Naranja (2g)

Hielo de Fruta (NSA): limón

Galletas: galletas graham (11g)

Dulces: Límite de 1 por comida

Pastel de Angel (28g), Crocante de Manzana* (15g)