

Menú semanal para pacientes adultos con dietas normales

Revisado en julio de 2016

	DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
D E S A Y U N O	Jugo de naranja Crema de trigo Huevo duro Muffin de arándanos azules Margarina	Jugo de arándanos rojos Avena Bagel fresca Queso crema Huevos revueltos	Jugo de manzana Grits Tostadas a la francesa con jarabe Margarina	Jugo de naranja Crema de trigo Huevos revueltos Panecillo Margarina	Jugo de arándanos rojos Avena Tostadas a la francesa con jarabe Margarina	Jugo de manzana Grits Huevos revueltos Muffin de arándanos azules Margarina	Jugo de naranja Avena Huevos revueltos Panecillo Kaiser pequeño Margarina
A L M U E R Z O	Sopa de tallarines con carne vacuna Pollo a la parrilla con gravy Orzo Vegetales de California Postre de vainilla <i>Alternativa: Emparedado de pollo con ensalada</i>	Sopa de pollo con tallarines Chile con carne Arroz con limón y cilantro Ejotes Panecillo para la cena Helado de chocolate <i>Alternativa: Hamburguesa de pavo</i>	Sopa de pollo y arroz Ziti al queso con salsa de carne de pavo Pan italiano Espinaca Pastel de zanahoria <i>Alternativa: Pescado al horno con salsa de limón y eneldo</i>	Sopa de tortellini de espinaca Albóndigas saludables con tallarines y gravy marrón Guisantes y zanahorias Sherbet de naranja <i>Alternativa: Pollo al horno</i>	Minestrone Pavo asado con gravy Puré de batatas Ejotes Galleta con chispitas de chocolate <i>Alternativa: Hamburguesa vegetariana</i>	Sopa de pavo con arroz Pescado empanado al horno Puré de papas y ajo Espinaca Panecillo para la cena Mandarinas <i>Alternativa: Ziti al horno</i>	Sopa de pollo con tallarines Tetrazzini de pavo y vegetales Pastel de chocolate <i>Alternativa: Rebanadas de pavo</i>
C E N A	Sopa de frijoles blancos Carne a la olla con gravy Puré de papas y ajo Vegetales italianos mixtos Galleta de azúcar <i>Alternativa: Manicotti</i>	Sopa de vegetales Pollo frito al horno Puré de papas Coles silvestres Pound cake <i>Alternativa: Pollo jerk</i>	Sopa de guisantes partidos Bistec a la suiza con gravy Arroz pilaf Brócoli Duraznos en cubos <i>Alternativa: Fideos con queso</i>	Sopa de tomate Pollo al limón con chabacanos Puré de papas Zucchini Postre de chocolate <i>Alternativa: Emparedado de huevo con ensalada</i>	Sopa de lentejas Salchicha de cerdo y ajíes con arroz Zanahorias con eneldo Cóctel de frutas <i>Alternativa: Emparedado de pollo a la parrilla</i>	Sopa de cebada con carne vacuna Chow mein de pollo con arroz Mix oriental Postre de arroz <i>Alternativa: Fideos con queso</i>	Sopa de vegetales a la toscana Estofado de carne vacuna Tallarines Panecillo para la cena Vegetales mezclados Fruta tropical <i>Alternativa: Pescado al horno con salsa de limón y eneldo</i>

Hay alternativas diarias; SE REQUIERE AVISO PREVIO

- Queso cottage y fruta
- Hamburguesa/Hamburguesa con queso
- Hamburguesa de pollo al pan
- Pasta marinara con salsa de carne

- Fideos con queso
- Pollo o pescado al horno
- Hamburguesa vegetariana
- Emparedado de atún o pavo

- Arroz y frijoles
- Queso a la parrilla
- Pizza

- Papas fritas
- Puré de papas, arroz
- Ejotes, zanahorias
- Helado, postres, helados italianos, fruta en lata y fresca

Este no es un menú para elegir.

Por favor, elija sus opciones

al reverso de la hoja

en la planilla de preferencias.

Las comidas se sirven con: café o té, margarina/mantequilla, pan de trigo entero, sal o sustituto, azúcar o sustituto, pimienta, galletas de agua