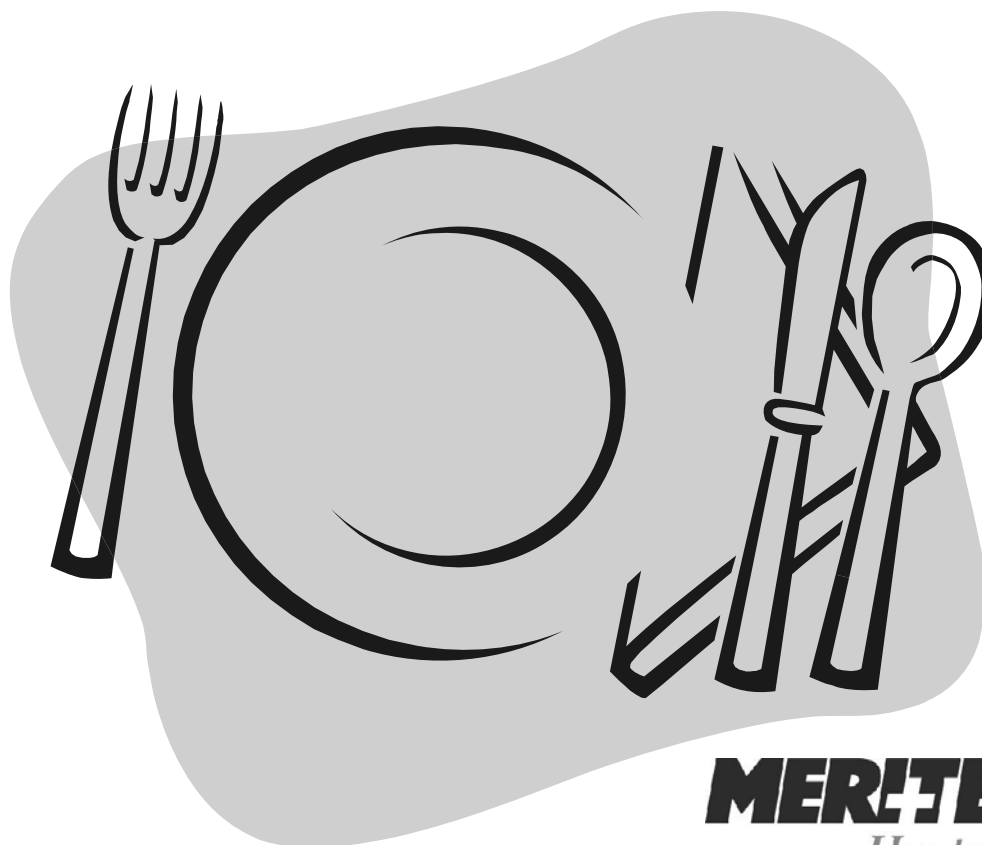


MENÚ SIN RESTRICCIONES

(General menu)



MERITER[®]
Hospital

El departamento de servicios de alimentación y nutrición espera que usted disfrute de su experiencia con las comidas.

En el interior encontrará menús para el desayuno, el almuerzo y la cena.

Por favor, en la parte superior de cada página, haga un círculo alrededor del día de la semana para el cual hace el pedido.

Marque o haga un círculo alrededor de las cosas que le gustaría comer y beber.

Acuérdese de escribir lo que quiere beber con cada comida.

Si tiene preguntas o quiere hablar con alguien de nuestro personal, por favor, dígaselo a la enfermera.

NOMBRE DEL PACIENTE: _____

Nº DE HABITACIÓN: _____

PEDIDO DE LA DIETA: _____

MENÚ SIN RESTRICCIONES
(Menú general para el desayuno) General Breakfast Menu

HAGA UN CÍRCULO: LUN (Mon) MAR (Tue) MIÉR (Wed) JUEV (Thu) VIER (Fri) SÁB (Sat) DOM (Sun)

FRUTA (Fruit)

1 Manzana 2 Plátano 3 Uvas 4 Naranja 5 Tazón de fruta fresca
6 Puré de manzana 7 Melocotón / durazno en almíbar 8 Peras en almíbar 9 Mandarinas

CEREALES Y YOGUR (Cereal and Yogurt)

CALIENTE: 10 Avena 11 Crema de trigo 12 Sémola de maíz
INGREDIENTES PARA PONER POR ENCIMA: 13 Azúcar moreno 14 Uvas pasas 15 Nueces 16 Flax
FRÍO: 17 Copos de maiz 18 Rice Krispies® 19 Cheerios® 20 Raisin Bran® 21 Granola bajo en grasas
22 Frosted Flakes® 23 Kashi Multigrain Honey Crunch® 24 Kix®
YOGUR: Dannon™ Fruit-On-The-Bottom® - (25 Vainilla 26 Fresa 27 Arándano 28 Melocotón / durazno)
Dannon™ Light 'n Fit® - (29 Vainilla 30 Fresa 31 Arándano 32 Melocotón / durazno)
33 Dannon™ Light 'n Fit® Smoothie - (Bayas mezcladas)

REPOSTERÍA PARA EL DESAYUNO (Breakfast Bakery)

PAN Y PAN TOSTADO: 34 Blanco-fresco 35 Blanco-tostado 36 Multigrano -fresco 37 Multigrano -tostado
38 English Muffin (trigo integral) - tostado 39 Croissant
BAGELS: 40 Normal 41 Canela y pasas MUFFINS: 42 Arándano 43 Integral de trigo
DULCES: 44 Pan dulce
ELIJA: 45 Mantequilla 46 Margarina 47 Crema de cacahuete 48 Miel 49 Aceite de oliva
Mermelada (50 Uva 51 Fresa 52 Bayas mezcladas) Mermelada baja en calorías (53 Fresa 54 Zarzamora)
55 Queso en crema Philly® 56 Queso en crema sin grasa Philly®

PLATOS ENTRANTES CALIENTES (Hot Starters)

HUEVOS: 57 Revueltos 58 Revueltos - bajos en colesterol 59 Fritos 60 Duros y fríos
INGREDIENTES PARA PONER POR ENCIMA: 61 Queso cheddar rayado
62 Salsa poco picante con una base de tomate
A LA PLANCHA: 63 Torrija de canela 64 Hot cakes / panqueques de *Buttermilk* (suero de leche)
CON: 65 Sirope para panqueques 66 Sirope sin azúcar
SANDWICH DE DESAYUNO: 67 Huevo, queso, tocino Canadiense sobre *English Muffin* tostado
ACOMPAÑAMIENTOS: 68 Tocino 69 Salchichas pequeñas 70 Salchichita de pavo 71 Papas asadas de desayuno

CONDIMENTOS (Condiments)

72 Leche con 50% de crema 73 Crema no láctea 74 Miel 75 Trozo de limón 76 Azúcar 77 Equal® 78 Splenda®
79 Salsa suave a base de tomate 80 Ketchup 81 Crema agria 82 Sal 83 Pimienta 84 Mrs. Dash®

BEBIDAS (Beverages)

LECHE: 85 Entera 86 2% 87 1% 88 Sin grasa 89 Chocolate 90 Leche sin lactosa
Silk® leche de soya (91 vainilla 92 chocolate)
CAFÉ: 93 Normal 94 Descafeinado
TÉ: 95 Negro 96 Descafeinado 97 De hierbas 98 Té verde 99 Té verde descafeinado 100 Té helado
CHOCOLATE CALIENTE: 101 Normal 102 sin azúcar
REFRESCOS: 103 Coke® 104 Coke® sin cafeína 105 Sprite® 106 Pepsi® 107 Mountain Dew®
108 Canada Dry® Ginger Ale
SODA DE LA DIETA: 109 Coke® de dieta 110 Coke® de dieta sin cafeína 111 Sprite® de dieta
112 Pepsi® de dieta 113 Mountain Dew® de dieta 114 Root Beer de dieta
BEBIDAS EMBOTELLADAS: 115 Agua 116 Limonada 117 Limonada de dieta 118 Powerade®
JUGOS: 119 Naranja 120 Manzana 121 Uva 122 Cranberry 123 Cranberry y frambuesa
124 Cranberry bajo en calorías 125 Ciruelas pasas 126 Néctar de pera
127 Néctar de melocotón / durazno 128 V-8® 129 V-8® bajo en sodio

>Selección de la bebida para el desayuno: _____

MENÚ SIN RESTRICCIONES
(Menú general para el almuerzo) General Lunch Menu

HAGA UN CÍRCULO: LUN (Mon) MAR (Tue) MIÉ (Wed) JUEV (Thu) VIER (Fri) SÁB (Sat) DOM (Sun)

SOPAS Y ENSALADAS DE ACOMPAÑAMIENTO (Soups & Side Salads)

SOPA: (Servida con **200** galletitas saladas o **201** sin sal)

202 Tomate **203** Vegetariana con verduras **204** Pollo con pasta

CALDO: **205** Res **206** Pollo **207** Verduras

ENSALADAS:

208 Ensalada de lechuga con tomates **209** Ensalada cremosa de repollo, zanahoria y cebolla con mayonesa

210 Ensalada de papas **211** Requesón

Gelatina con fruta - (**212** Cereza **213** Naranja con melocotón / durazno) **214** normal o **215** sin azúcar

ENSALADAS ENTRANTES ESPECIALES (Entrée Signature Salads)

216 ENSALADA MIXTA DE PRIMAVERA - elija estos ingredientes:

217 Nueces **218** Pechuga de pollo **219** Mandarinas **220** Tomates pequeños

221 ENSALADA DE TACO - elija estos ingredientes:

222 Carne picada **223** Pollo a la parrilla **224** Frijoles negros **225** Queso rallado

226 Tomates picaditos **227** Tostada **228** Salsa de tomate suave **229** Crema

230 ENSALADA DE CÉSAR – elija estos ingredientes:

231 Queso Parmesan **232** Crutones / picatostes **233** Trozo de limón **234** Pollo **235** Salmón

ADEREZOS PARA LAS ENSALADAS (Salad Dressings)

Ranchero (**236** normal **237** sin grasas) Francés (**238** normal **239** sin grasas) **240** Aceite y vinagre **241** Italiano sin grasas

César (**242** normal **243** lite) **244** Vinagreta balsámica **245** Vinagreta de frambuesa **246** Mayonesa **247** Miracle Whip Light®

PLATOS FAVORITOS DE LA CASA (House Favorites)

248 Carne estilo Stroganoff **249** Carne molida con salsa **250** Pollo glaseado **251** Pechuga de pollo a la parrilla

252 Pechuga de pavo asada con salsa de carne **253** Sándwich caliente de pavo con salsa de carne

254 Macarrones con queso **255** Salmón con ajonjolí al jengibre

256 Bacalao frito (**257** Salsa tártara **258** Trozo de limón) **259** Bacalao frito en el panecillos

260 Espagueti con marinara (**261** Albóndigas **262** Pechuga de pollo) CON: **263** Queso Parmesano **264** Panecillo

ACOMPAÑAMIENTOS (On The Side)

265 Puré de papas **266** Papa asada **267** Arroz **268** Pasta **269** Maíz **270** Zanahorias **271** Judías verdes / ejotes

272 Papas fritas **273** Papas fritas de bolsa **274** Papas de bolsa al horno Lays® **275** Pretzels

PIZZA PERSONAL (20cm)

276 Pizza Queso **277** Pizza Jardinera (aceitunas negras, cebolla roja y tomate)

278 Pizza Pepperoni **279** Pizza Suprema (pepperoni, aceitunas negras, cebolla roja y tomate)

PLATOS CALIENTES DE LA PARRILLA (Hot Off The Grill)

280 Hamburguesa **281** Hamburguesa con queso **282** Hamburguesa vegetariana Morningstar® **283** Hot dog

284 Pechuga de pollo a la parrilla **285** Pollo a la parrilla vegan PANECILLOS: **286** Trigo Integral **287** Blanco

288 Queso Americano a la parrilla en pan **289** Jamón y queso a la parrilla en pan

290 Tocino, lechuga y tomate en pan PAN: **291** Blanco **292** Multigrano

293 Trocitos de pollo con **294** BBQ sauce **295** Mostaza con miel

BAR DE SÁNDWICHES (Sandwich Bar)

PAN: **296** Blanco **297** Multigrano **298** Panecillo alargado **299** Croissant **300** Tortilla de harina

RELLENOS: **301** Rosbif **302** Pavo **303** Jamón **304** Ensalada de atún **305** Ensalada de huevo **306** Humus

307 Crema de cacahuete **308** Mermelada

GUARNICIONES (Fixin's)

QUESO: **309** Americano **310** Cheddar **311** Suizo **312** Mozzarella

INGREDIENTES PARA PONER POR ENCIMA: **313** Tomate **314** Lechuga **315** Cebolla roya **316** Aceitunas negras

CONDIMENTOS: **317** Mayonesa **318** Miracle Whip Light® **319** Ketchup **320** Mostaza **321** Grey Poupon® **322** Rodajas de

pepinillo **323** Pepino molido **324** Salsa de soya **325** Salsa del filete **326** Mantequilla **327** Margarina **328** Aceite de oliva

POSTRES (Desserts)

REPOSTERÍA: **329** Brownie **330** Pastel de manzana **331** Torta de queso **332** Torta de chocolate en capas

333 Torta de ángel

GALLETAS: **334** Galleta de azúcar **335** Galleta de trozos con chocolate

FRUTA: **336** Manzana **337** Plátano **338** Uvas **339** Copa de fruta fresca **340** Compota de manzana

341 Melocotón / durazno en almíbar **342** Peras en almíbar **343** Mandarinas

GELATINA: **344** Roja - normal **345** Roja - sin azúcar **346** Naranja - normal **347** Naranja - sin azúcar

PUDÍN: **348** Vainilla - normal **349** Vainilla - sin azúcar **350** Chocolate - normal **351** Chocolate – sin azúcar

CONGELADOS: **352** Helado-Vainilla Sorbete - (**353** Naranja **354** Frambuesa **355** Limón)

356 Paleta **357** Paleta sin azúcar **358** HealthSmart® barra de chocolate de la vainilla sin grasa

>Selección de la bebida para el almuerzo: _____

MENÚ SIN RESTRICCIONES
(Menú general para la cena) General Dinner Menu

HAGA UN CÍRCULO: LUN (Mon) MAR (Tue) MIÉ (Wed) JUEV (Thu) VIER (Fri) SÁB (Sat) DOM (Sun)

SOPAS Y ENSALADAS DE ACOMPAÑAMIENTO (Soups & Side Salads)

SOPA: (Servida con **400 galletitas saladas o 401 sin sal**)
402 Tomate **403** Vegetariana con verduras **404** Pollo con pasta
 CALDO: **405** Res **406** Pollo **407** Verduras

ENSALADAS:
408 Ensalada de lechuga con tomates **409** Ensalada cremosa de repollo, zanahoria y cebolla con mayonesa
410 Ensalada de papas **411** Requesón
 Gelatina con fruta - (**412 Cereza** **413 Naranja con melocotón / durazno**) **414** normal o **415** sin azúcar

ENSALADAS ENTRANTES ESPECIALES (Entrée Signature Salads)

416 ENSALADA MIXTA DE PRIMAVERA - elija estos ingredientes:
417 Nueces **418** Pechuga de pollo **419** Mandarinas **420** Tomates pequeños
421 ENSALADA DE TACO - elija estos ingredientes:
422 Carne picada **423** Pollo a la parrilla **424** Frijoles negros **425** Queso rallado
426 Tomates picaditos **427** Tostada **428** Salsa de tomate suave **429** Crema
430 ENSALADA DE CÉSAR – elija estos ingredientes:
431 Queso Parmesan **432** Crutones / picatostes **433** Trozo de limón **434** Pollo **435** Salmón

ADEREZOS PARA LAS ENSALADAS (Salad Dressings)

Ranchero (**436** normal **437** sin grasas) Francés (**438** normal **439** sin grasas) **440** Aceite y vinagre **441** Italiano sin grasas
 César (**442** normal **443** lite) **444** Vinagreta balsámica **445** Vinagreta de frambuesa **446** Mayonesa **447** Miracle Whip Light®

PLATOS FAVORITOS DE LA CASA (House Favorites)

448 Carne estilo Stroganoff **449** Carne molida con salsa **450** Pollo glaseado **451** Pechuga de pollo a la parrilla
452 Pechuga de pavo asada con salsa de carne **453** Sándwich caliente de pavo con salsa de carne
454 Macarrones con queso **455** Salmón con ajonjolí al jengibre
456 Bacalao frito (**457** Salsa tártara **458** Trozo de limón) **459** Bacalao frito en el panecillos
460 Espagueti con marinara (**461** Albóndigas **462** Pechuga de pollo) CON: **463** Queso Parmesano **464** Panecillo

ACOMPAÑAMIENTOS (On The Side)

465 Puré de papas **466** Papa asada **467** Arroz **468** Pasta **469** Maíz **470** Zanahorias **471** Judías verdes / ejotes
472 Papas fritas **473** Papas fritas de bolsa **474** Papas de bolsa al horno Lays® **475** Pretzels

PIZZA PERSONAL (40cm)

476 Pizza Queso **477** Pizza Jardinera (aceitunas negras, cebolla roja y tomate)
478 Pizza Pepperoni **479** Pizza Suprema (pepperoni, aceitunas negras, cebolla roja y tomate)

PLATOS CALIENTES DE LA PARRILLA (Hot Off The Grill)

480 Hamburguesa **481** Hamburguesa con queso **482** Hamburguesa vegetariana Morningstar® **483** Hot dog
484 Pechuga de pollo a la parrilla **485** Pollo a la parrilla vegan PANECILLOS: **486** Trigo Integral **487** Blanco
488 Queso Americano a la parrilla en pan **489** Jamón y queso a la parrilla en pan
490 Tocino, lechuga y tomate en pan PAN: **491** Blanco **492** Multigrano
493 Trocitos de pollo con **494** BBQ sauce **495** Mostaza con miel

BAR DE SÁNDWICHES (Sandwich Bar)

PAN: **496** Blanco **497** Multigrano **498** Panecillo alargado **499** Croissant **500** Tortilla de harina
 RELLENOS: **501** Rosbif **502** Pavo **503** Jamón **504** Ensalada de atún **505** Ensalada de huevo **506** Humus
507 Crema de cacahuete **508** Mermelada

GUARNICIONES (Fixin's)

QUESO: **509** Americano **510** Cheddar **511** Suizo **512** Mozzarella
 INGREDIENTES PARA PONER POR ENCIMA: **513** Tomate **514** Lechuga **515** Cebolla roya **516** Aceitunas negras
 CONDIMENTOS: **517** Mayonesa **518** Miracle Whip Light® **519** Ketchup **520** Mostaza **521** Grey Poupon® **522** Rodajas de pepinillo **523** Pepino molido **524** Salsa de soya **525** Salsa del filete **526** Mantequilla **527** Margarina **528** Aceite de oliva

POSTRES (Desserts)

REPOSTERÍA: **529** Brownie **530** Pastel de manzana **531** Torta de queso **532** Torta de chocolate en capas
533 Torta de ángel
 GALLETAS: **534** Galleta de azúcar **535** Galleta de trozos con chocolate
 FRUTA: **536** Manzana **537** Plátano **538** Uvas **539** Copa de fruta fresca **540** Compota de manzana
541 Melocotón / durazno en almíbar **542** Peras en almíbar **543** Mandarinas
 GELATINA: **544** Roja - normal **545** Roja - sin azúcar **546** Naranja - normal **547** Naranja - sin azúcar
 PUDÍN: **548** Vainilla - normal **549** Vainilla - sin azúcar **550** Chocolate - normal **551** Chocolate – sin azúcar
 CONGELADOS: **552** Helado-Vainilla Sorbete - (**553** Naranja **554** Frambuesa **555** Limón)
556 Paleta **557** Paleta sin azúcar **558** HealthSmart® barra de chocolate de la vainilla sin grasa

>Selección de la bebida para la cena: _____