

Desayuno *disponible durante todo el día*

Cereales

- Crema de trigo ♥ (1.5)
- Avena ♥ (1.5)
- Cheerios ♥ (1)
- Rice Krispies ♥ (1)
- Corn Flakes (copos de maíz) ♥ (1)

- Raisin Bran ♥ (2)
- Rice Chex (cereal de arroz) ♥ (2)
- Granola ♥ (3)
- Azúcar negra (1)
- Raisins ♥ (1)

Entradas calientes

Dos huevos, de cualquier forma
Un solo huevo disponible a solicitud

- Opción de huevo revuelto ♥
- Crepe de suero de leche (1)
- Tostadas francesas (2)
- Sándwich de desayuno (2)
- Panecillos con gravy de embutido (4)

Acompañamiento

- 2 lonjas de tocino
- Lonja de jamón
- Hamburguesa de salchicha
- Hash brown de papas ♥ (2)

Panadería para el desayuno

- Tostada de pan blanco o de grano integral ♥ (1)
- Muffin de arándanos azules ♥ (2)
- Pan fresco de banana horneado ♥ (2.5)
- Muffin inglés ♥ (2)
- Bagel ♥ (2)
- Tortilla ♥ (1)



Bebidas

- Leche entera (1)
- Leche semidescremada (1)
- Leche descremada ♥ (1)
- Leche de soja ♥ (.5)
- Leche chocolatada (2)
- Jugo de naranja ♥ (1)
- Jugo de manzana ♥ (1)
- Jugo de uva ♥ (1)
- Jugo de arándano rojo ♥ (1)
- Jugo de ciruela ♥ (1.5)
- V-8 baja en sodio ♥
- Jugo de tomate
- Café

- Café descafeinado
- Té caliente
- Té caliente descafeinado
- Té frío
- Té frío descafeinado
- Chocolate caliente (1)
- Chocolate caliente bajo en calorías (.5)
- Coca-Cola (2)
- Coca-Cola de dieta
- Sprite (2)
- Lima limón (2)
- Lima limón bajas calorías

Líquidos ligeros

- Caldo de gallina
- Caldo de verduras
- Caldo de carne
- Jugo de manzana ♥ (1)
- Jugo de arándano rojo ♥ (1)

- Helado de paleta ♥ (1)
- Gelatina sin azúcar ♥
- Gelatina ♥ (1)
- Café, té caliente y té frío de todo tipo ♥

Líquidos completos

Todos los líquidos ligeros más los siguientes:

- Sopa de tomate ♥ (1)
- Sopa crema colada (1)
- Batido de leche (4)
- Crema de trigo ♥ (1.5)
- Budín ♥ (2)
- Budín sin azúcar ♥ (1)

- Flan (1.5)
- Helado (1)
- Sorbete ♥ (1.5)
- Yogur de vainilla ♥ (2)

Condimentos

- Margarina Smart Balance
- Mantequilla
- Miracle Whip bajas calorías
- Mostaza
- Mayonesa
- Salsa para condimentar
- Ketchup
- Jugo de limón
- Trozo de limón
- Azúcar (.5)
- Splenda
- Queso untable

- Sustituto de crema no lácteo
- Gelatina (1)
- Gelatina sin azúcar
- Miel (.5)
- Mantequilla de maní
- Salsa
- Galletas de agua
- Galletas sin sal
- Jarabe para crepes (2)
- Jarabe para crepes bajo en calorías (1)
- Queso untable bajo en calorías



SERVICIO DE HABITACIONES COMEDOR

Disponible todos los días desde
6:45 a.m. to 7:15 p.m.

Para Realizar Pedidos:

Dentro del hospital
Marque la extensión 2255

Fuera del hospital
Llame al 308-630-2255



Bienvenido al servicio de habitación

Para realizar su pedido, simplemente marque 2255 desde el teléfono de su habitación en cualquier momento entre las 6:45 a. m. y las 7:15 p. m. La comida se le entregará dentro de los 45 minutos de haber realizado el pedido. Los acompañantes de los pacientes pueden comprar una comida por un precio módico.

Consideraciones especiales sobre la dieta

Si su médico le ha indicado una dieta especial, o si ya se programaron ciertas pruebas, es posible que no se le permita realizar pedidos de este menú o que se limite la selección. El Centro de atención telefónica estará disponible para ayudarlo a realizar la selección correcta. Si tiene inquietudes en relación con su dieta y desea hablar con uno de nuestros nutricionistas, marque 2255.

Para ayudarlo a cumplir con sus objetivos nutricionales, hemos indicado entre paréntesis la cantidad de porciones de carbohidratos para cada elemento del menú, y hemos colocado un ♥ junto a ciertos elementos del menú a fin de indicar un elemento saludable para el corazón (menor contenido graso y sódico).

Para nuestros pacientes con diabetes

Nuestro menú incluye la cantidad de porciones de carbohidratos para ayudarlo a controlar su nivel de azúcar en sangre. Una porción de carbohidratos equivale a 15 gramos. La dieta promedio para diabéticos incluye de tres a cinco opciones de carbohidratos por comida. Si tiene preguntas acerca de su dieta, pregunte cuando realiza el pedido. El control del nivel de azúcar en sangre y la administración de medicamentos se deben programar con la ingesta de alimentos para obtener la mayor efectividad. Por este motivo, es importante que informe al personal de enfermería después de pedir cada comida.



Almuerzo y cena

Disponibles después de las 11 a. m..

Sopas

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| Sopa de carne y verduras ♥ (1) | Sopa de tomate Healthy Request ♥ (1) |
| Sopa de gallina y fideos ♥ (1) | Sopa de papas y tocino (1) |

Ensaladas de entrada

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------|
| Ensalada del chef (1.5) | Aderezos para ensalada |
| Ensalada César de pollo (1) | Ranch ♥ |
| Plato de ensalada de pollo ♥ (2) | Italiano ♥ |
| Plato de ensalada de atún ♥ (.5) | Francés ♥ |
| Plato de queso cottage y frutas ♥ (3) | Salsa rosa (Thousand Island) ♥ |
| Ensalada taco (2) | Dorothy Lynch |

Comidas selectas

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| Rollo de ensalada César (2) | Sándwich de mantequilla de mani |
| Sándwich de roast beef ♥ (2) | cremosa y jalea ♥ (3) |
| Sándwich de ensalada de atún ♥ (2) | Selección de panes |
| Sándwich de ensalada de pollo ♥ (2) | Blanco ♥ |
| Sándwich de pavo ♥ (2) | Marmolado de centeno ♥ |
| Sándwich de jamón (2) | Media luna |
| | Grano integral ♥ |

Desde nuestra parrilla

- | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Hamburguesa ♥ (2) | Nuestros articulos de deli y |
| Hamburguesa con queso (2) | parilla se acompañan con lechuga |
| Hamburguesa de vegetales ♥ (3) | y tomate. Puede solicitar pepinillos |
| Sándwich de pollo a la plancha ♥ (2) | y cebollas con quesos a elección: |
| Jamón y queso tostados (2) | americano, suizo, provolone o |
| Queso tostado (2) | pepper jack. |

Pizza

Pizza individual de 18 cm (7”) con ingredientes a elección (3)

- | | |
|----------------|--------------------|
| Peperoni | Salchicha italiana |
| Hamburguesa | Cebolla |
| Hongos frescos | Aceitunas negras |
| Pimiento verde | |

Entradas

- | | |
|-------------------------------------------|----------------------------------------|
| Estofado ♥ | Salteado de verduras |
| Enchiladas de queso (3) | servido sobre arroz ♥ (3) |
| Pechuga de pollo con costra dorada ♥ (.5) | disponible con pollo, si lo desea |
| Pavo al horno con aderezo ♥ (1) | Penne con salsa Marinara ♥ o |
| Bacalao al limón ♥ | Alfredo (3) |
| Rollo de carne al horno ♥ (1) | agregue albóndigas o pollo si lo desea |
| | Tamal de puerco (1) |

Guarniciones

- | | |
|----------------------------------------|---------------------------------------|
| Brócoli ♥ | Maíz de grano entero ♥ (1) |
| Chauchas ♥ | Papines ♥ (1) |
| Zanahorias ♥ | Papas horneadas ♥ (2) |
| Ensalada mixta pequeña ♥ | Copa de queso cottage y durazno ♥ (1) |
| Arroz al vapor ♥ (1.5) | Plato de condimentos ♥ |
| Puré de papas con salsa de carne ♥ (1) | Bollo de pan ♥ (1) |
| Frijoes refritos ♥ (1.5) | Fideos con queso ♥ (1) |

Postres

- | | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| Copa de frutas frescas ♥ (1) | Helado de frutilla (1) |
| Flan (1.5) | Helado de paleta ♥ (1) |
| Pastel ángel ♥ (2) | Sorbete de naranja ♥ (1.5) |
| Galletita (2) | Sorbete de frambuesa ♥ (1.5) |
| Postre de chocolate de 4 capas (3) | Batido de leche (4) |
| Pai de calabaza (2) | |
| Tarta de manzana o cereza (3) | Postres sin azúcar agregada |
| Galletitas Oreo (.5) | Budín de vainilla ♥ (1) |
| Budín de vainilla (2) | Budín de chocolate ♥ (1) |
| Budín de chocolate (2) | Helado de vainilla ♥ (1) |
| Helado de vainilla (1) | Nieve de limón ♥ (.5) |
| Helado de chocolate (1) | Copa de gelatina ♥ |

