



Huntington.  
Hospital

***Menú.*** Nos complace ofrecer el servicio de comidas en la habitación.



El horario es de 6:30 a.m. a 7 p.m.

Llame a la extensión 3663 para hacer su pedido y se le entregará en un plazo de 45 minutos.

Llame a la extensión 3663 para hacer su pedido y se le entregará en un plazo de 45 minutos.

La cantidad entre paréntesis (#) indica el recuento de carbohidratos. (1 porción = 15 gramos de carbohidratos)

♥ *Cardiosaludable*

♠ *Renal*

SG *Sin gluten*

\* *Hay pan, bollos y pasta sin gluten disponibles si los solicita.*

VG *Vegano*



## Desayuno *¡Se sirve todo el día!*

### ESPECIALIDADES

#### Omelet de queso SG

Dos huevos plegados sobre queso cheddar derretido. Ingredientes a elección: pimientos morrones, champiñón

#### Omelet cardiosaludable ♥♠ SG

Huevos bajos en colesterol. Ingredientes a elección: pimientos morrones, champiñón

#### Sándwich de desayuno con jamón, huevo y queso (1.5)

Huevos revueltos livianos y esponjosos con jamón y queso sobre un panecillo inglés de trigo integral.

#### Panquecas de suero de leche con trigo integral (1.5) ♥♠

Jarabe tradicional (2) o dietético (0)

#### Tostada francesa de trigo integral (3) ♥

Pasada por mezcla de huevo y leche. Jarabe tradicional (2) o dietético (0.25)

#### Parfait de granola, yogur y frutas frescas (3.75) ♥

Frutas frescas de estación en capas con yogur cremoso y granola crujiente.

#### HUEVOS Y GUARNICIONES SG

Huevos revueltos ♥♠  
Huevos duros ♥♠  
Tocino  
Salchichas  
Salchicha de pavo  
Papas doradas en sartén (1) ♥ VG  
Salsa ♥ VG

#### FRUTAS A LA CARTA ♥ SG VG

Puré de manzana (1) ♠  
Peras (1) ♠  
Duraznos (1) ♠  
Naranja (1)  
Banana (2)  
Manzana (1) ♠  
Taza de frutas frescas (1)  
Ciruelas pasas (1.25)

#### YOGUR (1) ♥ SG

Fresa  
Durazno  
Vainilla  
Limón  
Griego natural (0.5)

#### PANES PARA EL DESAYUNO

Tostada de pan blanco (1) ♥♠  
Tostada de trigo integral (0.75) ♥  
Bagel solo (3)  
Panecillo inglés de trigo integral (1.5) ♥  
Galleta (2)  
Panecillos (2)  
Arándanos, salvado, maíz  
Tortilla con harina de trigo integral (2)

#### CEREAL ♥

Avena (1.5) VG  
Crema de trigo (1) ♠ VG  
Rice Krispies (1) ♠ VG  
Special K (1) ♠ VG  
Cheerios (1) ♠ SG VG  
Corn Flakes (1) ♠ VG  
Raisin bran (2) VG  
Rice Chex (1) ♠ SG VG  
Granola (1.5)

#### ACOMPAÑAMIENTOS PARA CEREALES ♥ SG VG

Pasas (2)  
Azúcar morena (2) ♠  
Jarabe (2) ♠  
Jarabe dietético (0.25) ♠

# Almuerzo y cena



## APERITIVOS *Se sirven todo el día.*

### Sopa

- Sopa de pollo con fideos (1) ♥♦
- Sopa de crema de champiñones (1)
- Sopa de verduras del huerto (0.5) SG
- Sopa de tomate (1)
- Sopa de tomate y albahaca (1) ♥
- Sopa de pollo y chile (3) ♥
- Gachas de arroz SG
  - Sin sazonar (2) ♥♦ VG,
  - Pollo (1) ♥♦

### Caldo sin agregados ♥♦ SG

- Carne de res
- Pollo
- Verduras VG

### Ensalada mixta

- de hortalizas (0.25) ♥♦ SG**
- Hortalizas frescas, pepinos en rodajas, tomates, aderezo para ensalada a elección. (Opción vegana con los aderezos VG de más abajo).

### Plato de bocadillos

- de verduras (0.25) ♥♦ SG**
- Bastones de zanahoria y apio frescos con aderezo a elección. (Opción vegana con los aderezos VG de más abajo).

### Taza de frutas frescas (1) ♥ SG VG

### Aderezos

- Italiano SG, italiano dietético ♥♦ SG VG,
- ranchera SG, ranchera baja en grasas (0.5) SG, queso azul SG, jengibre y sésamo (0.5), vinagreta de balsámico SG VG, francés bajo en grasas (0.25) ♥♦ SG VG, César SG, mil islas

## RECIÉN SALIDO DE LA PARRILLA *Se sirve todo el día.*

### Hamburguesa clásica (2)\* ♦

### Hamburguesa con queso (2)\*

### Hamburguesa de pavo (2)\*

### Hamburguesa de vegetales (3)\*

### Sándwich de pollo a la parrilla (2)\* ♥

- Verduras a la parrilla en panecillo francés (2.75)\*** Berenjena, pimientos morrones rojos, cebolla morada, calabacitas y champiñones a la parrilla con queso suizo y vinagreta de balsámico.

## PIZZA *A partir de las 11 a.m.*

A elección entre: Queso (5), Verduras (5) o Pepperoni (4).

## SÁNDWICHES

*Se sirven todo el día.*

### Panes

- Blanco (1) ♥♦
- Trigo (0.75) ♥
- Multicereales (1) ♥
- Masa fermentada (1) ♥♦
- Pan vienés (3)
- Pan sin gluten (1) ♥♦ SG

### Rellenos SG

- Ensalada de atún ♥♦
- Ensalada de huevo ♦
- Carne asada ♥♦
- Jamón
- Pavo ♥♦

### Queso SG

- Suizo bajo en grasa
- Cheddar
- Provolone
- Americano

### Verduras de la huerta SG

- Lechuga ♥♦
- Rebanadas de cebolla ♥♦
- Rebanadas de tomate ♥
- Pepino ♥♦
- Rebanadas de pepinillo



## Condimentos

- Mitad leche y mitad crema SG
- Crema no láctea ♥♦ SG
- Mantequilla ♦ SG
- Margarina ♥♦ SG VG
- Azúcar ♥♦ SG VG
- Sustituto del azúcar ♥♦ SG VG
- Mantequilla de maní SG VG
- Miel (0.5) ♥♦ SG
- Gajo de limón ♥♦ SG VG
- Salsa de arándanos rojos (0.5) ♥♦ SG
- Jalea (0.5) ♥♦ SG
- Jalea dietética (0) ♥♦ SG
- Jarabe (2) ♥♦ SG VG
- Jarabe dietético (0.25) ♥♦ SG VG
- Ketchup SG VG
- Mostaza SG VG
- Mayonesa SG
- Mayonesa dietética ♥ SG
- Salsa de soja VG
- Salsa Tabasco VG
- Queso crema SG
- Queso crema descremado ♥ SG
- Crema agria ♦ SG
- Sal SG VG
- Pimienta ♥♦ SG VG
- Aderezo de hierbas ♥♦ SG VG



## WRAPS Y ENSALADAS DE AUTOR *Se sirven todo el día.*

*Disponible como wrap en una tortilla integral (1.5)*

### **Ensalada César con pollo (0.5)**

Pechuga de pollo a la parrilla, lechuga romana, croutons, queso parmesano.

### **Ensalada de tomate, mozzarella y albahaca (0.5) SG**

Rodajas de tomate, mozzarella fresca, vinagreta de balsámico, albahaca fresca picada.

### **Ensalada de pollo al estilo del suroeste (2) ♥**

Lechuga romana fresca, pollo a la parrilla, salsa de frijoles negros, queso cheddar, tiras de tortilla al horno y aderezo ranchero.

### **Plato de frutas suaves y**

**queso cottage (1.5) SG** Duraznos, peras, mandarinas, queso cottage cremoso.

**Ensalada mediterránea (1) ♥ SG** Hojas verdes, garbanzos, cebolla, tomate y queso feta bajo en grasas.

### **Ensalada de frijoles chinos (1.5) ♥ SG VG**

Frijoles chinos, pepinos, pimiento morrón y aderezo con comino.

### **Ensalada china de pollo (2) ♥**

Pechuga de pollo marinada, colchón de ensalada, zanahorias, pimientos morrones, mandarinas, fideos crujientes y aderezo de jengibre y sésamo.

## PLATOS PRINCIPALES *Se sirven después de las 11 a.m.*

### **Espagueti (2.5)\***

- Pesto
- Marinara (0.5) ♥ VG
- Salsa de carne (0.5) ♥ ♡

### **Rigatoni (2)\***

- Pesto
- Marinara (0.5) ♥ VG
- Salsa de carne (0.5) ♥ ♡

**Pavo asado con salsa de ave ♥ ♡ (SG sin salsa).**  
Salsa de arándanos rojos (0.5) disponible a pedido.

### **Pechuga de pollo a la parrilla ♥ ♡ SG**

### **Revuelto de carne de res y brócoli (0.5) ♥**

### **Tofu a la hierba de limón ♥ ♡ VG**

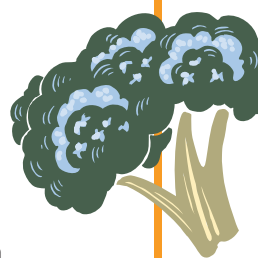
### **Pollo con jengibre y sésamo ♥ ♡**

### **Pescado al horno con salsa de eneldo (1) ♥**

### **Tarta de pollo casera individual (2.25)**

### **Pastel de carne casero con salsa de carne (0.75) ♡**

### **Estofado a la antigua ♥ ♡ SG**



## Guarniciones

Papas fritas bastón (1.5) SG VG  
 Papas asadas a las hierbas (1.5) ♥ SG VG  
 Puré de papas (1) ♥ SG  
 Papas fritas (1) SG VG  
 Salsa de carne ♥  
 Salsa de ave  
 Arroz blanco (1.5) ♥ ♡ SG VG  
 Arroz integral (1.5) ♥ SG VG  
 Zanahorias (0.5) ♥ SG VG  
 Judías verdes (0.5) ♥ ♡ SG VG  
 Brócoli al vapor (0.5) ♥ SG VG  
 Calabaza de verano ♥ ♡ SG VG  
 Verduras asadas (0.5) ♥ SG VG

Mezcla de verduras asiáticas ♥ SG VG  
 Ensalada de col (0.5) ♥ ♡ SG  
 Pan de ajo (1.5)  
 Pan blanco (1) ♥ ♡  
 Pan de trigo (0.75) ♥  
 Pan multicereales (1) ♥  
 Pan de masa fermentada (1) ♥ ♡  
 Pan sin gluten (1) ♥ ♡ SG  
 Panecillo (1.5)  
 Galletas saladas (0.25)  
 Galletas sin sal (0.25) ♥ ♡  
 Frijoles refritos (1.5) SG VG  
 Hummus (2.0) SG VG

## MENÚ INFANTIL *¡Se sirve todo el día para niños grandes y pequeños!*

### **Perro caliente (2)**

Perro caliente de carne de res.

### **Quesadilla de queso (2)**

**Sándwich de queso gratinado (2.25)\*** Pan y queso a elección.

### **Frituras de pollo (1.5)**

### **Macarrones con queso (2.5)**

**Sándwich de mantequilla de maní y jalea (2)\***

## POSTRES

Galleta con chispas de chocolate (1.5)

Galleta de azúcar (1.5) ♠

Galleta de avena y pasas (1.5)

Taza de frutas

frescas (1) ♡ SG VG

Banana entera (2) ♡ SG VG

Naranja fresca (1) ♡ SG VG

Manzana fresca (1) ♡ SG VG

Puré de manzana (1) ♡ SG VG

Duraznos fríos (1) ♡ SG VG

Peras frías (1) ♡ SG VG

Mandarinas (1) ♡ SG VG

Cóctel de frutas (1) ♡ SG VG

Panqué de mantequilla (1) ♠

Crujiente de manzana (1) ♡ ♠

Cupcake de chocolate (2)

Gelatina (1) ♡ SG

Gelatina dietética (0) ♡ SG

Helado (1) SG

Helado de agua

frutal (1.5) ♡ SG VG

Sorbete (1.5) ♡ SG

Pudín de vainilla SG

Normal (2), Sin azúcar (0.75) ♡

Pudín de chocolate SG

Normal (2), Sin azúcar (0.75) ♡

Obleas de vainilla (1) ♡ ♠

## BEBIDAS

4 oz de jugo u 8 oz de leche (1)

8 oz de jugo u 8 oz de refresco (2)

Jugo de naranja ♡ SG VG

Jugo de manzana ♡ SG VG

Jugo de arándano rojo ♡ SG VG

Jugo de uva ♡ SG VG

Jugo de tomate (0.5) VG

Jugo de ciruela pasa ♡ SG VG

Café ♠ SG VG

Normal, Descafeinado ♡

Té caliente ♠ SG VG

Normal, Descafeinado ♡,

De hierbas ♡

Té helado ♠ SG VG

Chocolate caliente ♡

Chocolate caliente

sin azúcar (0.25) ♡

Leche SG

Descremada ♡, 1 %, Entera,

Soja VG, Chocolatada baja en

grasas (1.5)

Refresco de cola SG VG

Refresco de cola

dietética (0) SG VG

Ginger ale ♡ SG VG

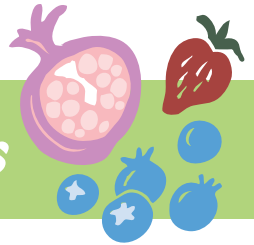
Refresco de lima

limón ♡ SG VG

Refresco de lima

limón dietético (0) ♡ SG VG

## Opciones de dietas líquidas



### LÍQUIDA ABSOLUTA

#### Aperitivos ♡ SG

Caldo de pollo

Caldo de carne

Caldo de verduras VG

#### Dulces ♡ SG

Helado de agua frutal (1.5) VG

Gelatina (1)

#### Condimentos ♡ SG VG

Sal

Azúcar

Sustituto del azúcar

#### Bebidas ♠ SG VG

4 oz de jugo (1)

8 oz de jugo u 8 oz de refresco (2)

Jugo de manzana ♡

Jugo de arándano rojo ♡

Jugo de uva ♡

Ginger ale ♡

Refresco de lima limón ♡

Refresco de lima limón

dietético (0) ♡

Té caliente

Normal, Descafeinado ♡,

De hierbas ♡

Té helado

### LÍQUIDA COMPLETA

Incluye productos de la dieta líquida absoluta más lo siguiente:

#### Aperitivos

Crema de trigo (1) ♡ SG VG

Sopa crema de pollo con fideos (1) ♡ ♠

Sopa crema de champiñones (1)

Sopa de tomate (1)

#### Dulces SG

Yogur de vainilla (1) ♡

Pudín de vainilla

Normal (2), Sin azúcar (1) ♡

Helado (1)

Sorbete (1.5) ♡ ♠

Batido saludable de vainilla (3)

#### Condimentos SG

Crema no láctea ♡ ♠

#### Bebidas

4 oz de jugo u 8 oz de leche (1)

8 oz de jugo (2)

Chocolate caliente (1) ♡

Chocolate caliente sin azúcar (0.25) ♡

Jugo de naranja ♡ SG VG

Leche SG

Descremada ♡, 1 %, Entera,

Soja VG, Chocolatada baja en

grasas (1.5)

**Nuestro objetivo.** Buscamos la excelencia en brindar alimentos frescos de alta calidad con un servicio compasivo y personalizado para todos nuestros pacientes y clientes.

**Servicios para pacientes.** Sus comidas se preparan todos los días para garantizar la mejor calidad. Estamos comprometidos a hacer todo lo posible para que la hora de la comida sea placentera. Ofrecemos una amplia variedad de productos calientes y fríos para el desayuno, así como una variedad de opciones para el almuerzo y la cena.

**Agradecemos sus comentarios.** Durante su estadía, es posible que un representante de prestaciones hospitalarias lo visite para preguntarle sobre el servicio, para que podamos seguir mejorando nuestros servicios de comidas para usted.

**Opciones de menú y pedidos.** Se ofrece un menú estilo restaurante para que disfrute de sus comidas. Para hacer un pedido del menú, solo llame a la extensión 3663. Le entregarán la comida en su habitación en un plazo de 45 minutos. Deje el menú en su habitación para referencia cuando pida las opciones de comidas diarias.

**Servicios para invitados y visitas.** Su familia y sus invitados pueden comprar comidas en Bistro Garden Café, ubicado en el primer piso de West Tower. Abre todos los días excepto de 2 a 6:30 a.m. Ofrecemos una amplia variedad de opciones para satisfacer las necesidades de comida de sus invitados y visitas. Los invitados pueden hacer pedidos con el servicio de habitación por \$5 por desayuno y \$9 por almuerzo y cena. Los boletos para bandejas para invitados pueden comprarse en Bistro Garden Café.



## Información sobre su dieta

A continuación, encontrará información general sobre dietas comunes que su médico puede recetarle. Un dietista registrado está disponible si desea obtener más información sobre su dieta.

**Normal.** Una dieta normal es una dieta balanceada en términos nutricionales, sin restricciones alimentarias. Lo alentamos a elegir una variedad de alimentos que incluya frutas, verduras y granos integrales.

**Carbohidrato consistente.** La dieta de carbohidrato consistente ayuda a controlar los niveles de glucemia y los problemas de salud asociados con la diabetes. El objetivo de esta dieta es brindar una cantidad moderada de carbohidratos en cada comida al hacer un recuento de las porciones de carbohidratos. Un recuento de carbohidratos equivale a 15 gramos de carbohidrato. La cantidad del recuento de carbohidratos de cada menú se encuentra en la lista.

**Cardiosaludable.** Una dieta cardiosaludable está diseñada para disminuir el riesgo de enfermedad cardiovascular y reducir los niveles de lípidos en sangre. Esta dieta limita la grasa total, la grasa saturada y el sodio. Los elementos sugeridos para el menú cardiosaludable están identificados con el símbolo ♥.

**Hiposódica.** Una dieta hiposódica suele recetarse para controlar la presión sanguínea y para evitar la retención de líquidos. La dieta hiposódica limita los alimentos con alto contenido de sodio, como las carnes procesadas, el queso y las salsas.

**Renal.** Una dieta renal suele recetarse para controlar o prevenir la enfermedad renal. Esta dieta limita la ingestión de sodio, potasio y fósforo. Su médico también puede recetar una cantidad específica de ingestión de proteínas. Los productos sugeridos del menú renal están identificados con el símbolo 💧.

**Blanda/suave.** Su médico puede recetar esta dieta para minimizar la irritación y las molestias gastrointestinales. La dieta blanda/suave consta de alimentos de fácil digestión y levemente condimentados. Se omiten los alimentos con alto contenido de fibra, verduras y frutas crudas, alimentos grasos y cafeína.