

# Welcome to

## Centennial Hills Hospital

### Desayuno

#### PANES Y PANADERÍA ♥

- Pastelito de arándanos 2
- Pastelito de manzana y canela 2

#### CEREALES ♥ ♥

- Crema de trigo 2
- Avena 2
- Sémola 2

#### COMIDA MATUTINA

- Huevos revueltos
- Huevos revueltos sin colesterol ♥
- Tostada francesa de naranja y canela ♥ 1
- Panqueques de suero de mantequilla ♥ 1
- Arándanos 15
- Manzana y canela 15
- Requesón con fruta blanda
- Acompañamientos
- Patatas doradas 1
- Papas fritas caseras 1
- Empanada de salchicha de pavo ♥
- Salchicha de cerdo

#### BARRA DE TORTILLAS DE HUEVO

- Tortilla de huevo regular
- Tortilla de huevo baja en colesterol
- Tortilla de huevo de tres quesos
- Tortilla de huevo vegetariana

#### YOGUR ♥ ♥

- Yogur
- Fresa (bajo en grasa) 1
- Durazno (bajo en grasa) 1
- Yogur griego
- Vainilla 1
- Fresa 1

### Bebidas

#### Jugos ♥

- Manzana 1
- Arándano rojo 1
- Uva 1
- Naranja 1
- Jugo de ciruela 15

#### Fríos

- Té helado
- Limonada 2
- Limonada de dieta
- Gaseosa de lima limón 15
- Gaseosa de lima limón de dieta

#### Leche

- Entera 1
- Descremada ♥ 1
- Baja en grasas al 2% 1
- Chocolate 2
- Soja ♥ 1

#### Caliente

- Café
- Café descafeinado ♥
- Chocolate caliente
- Té

Llame al Servicio a la habitación al 7-FOOD (7-3663) en el teléfono de la habitación para hacer un pedido.

Desayuno: de 6:30 a. m. a 10 a. m.  
Almuerzo y cena: de 11 a. m. a 6:30 p. m.

Las bandejas de invitados están disponibles para comprar por \$5 a través de un cupón/recibo pagado de la cafetería.

Es posible que su médico haya indicado una dieta que requiera que restrinja ciertos nutrientes cada día. Hable sobre sus opciones de alimentos con su anfitrión si tiene preguntas.

#### Carbohidratos

Los carbohidratos se han calculado para pacientes que necesitan ayuda para controlar sus azúcares en la sangre. Cada porción equivale a 15 gramos de carbohidratos. La mayoría de los pacientes requiere 4 porciones por comida.

#### Vegetariana

#### Corazón saludable

Los alimentos saludables para el corazón tienen menor contenido de sodio, grasas saturadas y azúcares agregados. Opciones sin gluten disponibles por pedido.

Opciones sin gluten disponibles por pedido

#### Dieta para la disfagia

Una dieta para la disfagia presenta diferentes texturas de alimentos y líquidos que pueden hacer que sea más fácil y seguro tragar, y se puede categorizar de diversas formas según el espesor.

10166 Dysphasia Menu #07 1/19 SPANISH

# Centennial Hills Hospital

## MEDICAL CENTER

A Member of The Valley Health System

### Menú para disfagia



Centennial Hills Hospital  
MEDICAL CENTER



## Lunch & Dinner

### CALDOS Y SOPAS (OPCIONES BAJAS EN SODIO DISPONIBLES) ♥

<b>Caldo</b>	<b>Sopa</b>
Vegetales	Tomate
Res	Fideos de pollo 1
Pollo	Vegetales

### BARRA DE FIAMBRES

<b>Panes ♥</b>	<b>Carnes y rellenos</b>	<b>Quesos</b>
Blanco 2	Jamón	Americano
	Roast Beef	Provolone
	Pavo ♥	Suizo ♥
	Pollo	
	Ensalada	
	Ensalada de huevo ♥	
	Ensalada de atún	

### FAVORITOS A LA PARRILLA

Queso a la parrilla 2	Hamburguesa de alubias o frijoles negros ♥
Hamburguesa (1.5-3)	Sándwich de pechuga de pollo a la parrilla ♥
Hamburguesa con queso (1.5-3)	

### FAVORITOS DE LA FAMILIA

Pastel de carne del granjero ♥ 5	Filete de bacalao ♥
Guisado de carne Yankee ♥	Mantequilla de ajo
Pollo salteado asiático 1	Pimienta con limón
Macarrones con queso 4	Lomo de cerdo (solo puré)
Pechuga de pavo al horno ♥	

### BARRA DE PASTAS

<b>Opciones de pastas ♥♥</b>	<b>Opciones de salsas</b>
Penne 15	Marinara ♥
Spaghetti 15	Boloñesa

### ACOMPAÑAMIENTOS

<b>Vegetales ♥♥</b>	<b>Para acompañar ♥</b>
Vegetal fresco del día	Arroz blanco al vapor 2
Brócoli 5	Arroz integral al vapor 1
Frijoles verdes 1	Puré de papas 15
Maíz amarillo 1	Frijoles pintos 15
Chícharos 1	Cuscús 2
Zanahorias	

### Complementos (opciones disponibles bajas en sodio)

Salsa de carne de ave
Salsa de carne marrón

## Frutas y postres

<b>Fruta ♥♥</b>	<b>Budín ♥</b> (opciones sin azúcar disponibles)
Manzana	Vainilla 15
Peras a la mitad 1	Chocolate 15
Rodajas de durazno 1	
Cóctel de frutas 1	<b>Gelatina ♥ 15</b> (opciones sin azúcar disponibles)
Frutos del bosque combinados (solo puré)	Fresa
	Naranja
	Cereza (opción sin azúcar no disponible)
<b>Delicias dulces</b>	
Pastel del ángel ♥ 1	
Pastel de queso 25	
<b>Congelados</b>	
Helado de vainilla 1	
Helado de chocolate 1	
Sorbete arco iris ♥ 15	
Helado de agua de limón ♥ 1	

Es posible que su médico haya indicado una dieta que requiera que restrinja ciertos nutrientes cada día. Hable sobre sus opciones de alimentos con su anfitrión si tiene preguntas.

#### Carbohidratos

Los carbohidratos se han calculado para pacientes que necesitan ayuda para controlar sus azúcares en la sangre. Cada porción equivale a 15 gramos de carbohidratos. La mayoría de los pacientes requiere 4 porciones por comida.

#### Vegetariana

#### Corazón saludable

Los alimentos saludables para el corazón tienen menor contenido de sodio, grasas saturadas y azúcares agregados. Opciones sin gluten disponibles por pedido.

#### Opciones sin gluten disponibles por pedido

#### Dieta para la disfgia

Una dieta para la disfgia presenta diferentes texturas de alimentos y líquidos que pueden hacer que sea más fácil y seguro tragar, y se puede categorizar de diversas formas según el espesor.

**Llame al Servicio a la habitación al 7-FOOD (7-3663) en el teléfono de la habitación para hacer un pedido.**

