

Welcome to

Centennial Hills Hospital

Desayuno

PANES Y PANADERÍA

- | | |
|-------------------|----------------------------|
| Pan de trigo ♥ 1 | Panecillo inglés |
| Pan blanco ♥ 1 | (regular o de trigo) ♥ 2 |
| Bagel ♥ 4 | Pastelito de arándanos ♥ 2 |
| Galletas de suero | Pastelito de manzana ♥ 2 |
| de mantequilla 2 | |

CEREALES

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| Frios | Caliente |
| Hojuelas de maíz ♥ 15 | Crema de trigo ♥ 2 |
| Rice Krispies ♥ 15 | Avena ♥ 2 |
| Cheerios ♥ 15 | Sémola ♥ 2 |
| Frosted Flakes 15 | |
| Raisin Bran* ♥ 2 | |

COMIDA MATUTINA

- | | |
|-----------------------------------|------------------------|
| Huevos revueltos | Acompañamientos |
| Huevos revueltos sin colesterol ♥ | Patatas doradas 1 |
| Tostada francesa de naranja | Papas fritas caseras 1 |
| y canela ♥ 1 | Rebanada de tocino |
| Pastelitos de queso 1 | Empanada de salchicha |
| Panqueques de suero | de pavo ♥ |
| de mantequilla ♥ | Salchicha de cerdo |
| Arándanos 15 | |
| Manzana y canela 15 | |

BARRA DE TORTILLAS DE HUEVO

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| Hechas a pedido | Adicionales para la |
| Huevos | tortilla de huevo |
| Huevos sin colesterol ♥ | Queso cheddar |
| | Cebolla ♥ |
| | Tomate ♥ |
| | Hongos ♥ |
| | Pimientos verdes ♥ |
| | Espinaca ♥ |
| | Jamón en cubos |

YOGUR

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

Bebidas

Jugos

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

Leche

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

Frios

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

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

19182 General Menu 077 1/19 25/2019



Centennial Hills Hospital

MEDICAL CENTER

A Member of The Valley Health System

Menú



Centennial Hills Hospital
MEDICAL CENTER

Almuerzo y cena

CALDOS Y SOPAS (OPCIONES BAJAS EN SODIO DISPONIBLES)

Caldo	Sopa
Vegetales ♥	Tomate ♥
Res ♥	Fideos de pollo ♥ 1
Pollo ♥	Vegetales ♥

COMPLEMENTOS

Panecillo de trigo o blanco ♥ 1	Chips de papas fritas regulares 15
Crackers ♥	Chips de papas homeadas ♥ 15
	Pretzels 15

DE LA HUERTA

Ensaladas para acompañar	Aderezos
Ensalada jardinera ♥ 5	Italiano
Humus con pan pita 3	Francés
	Rancho
Ensaladas como plato principal	Vinagre balsámico
Ensalada César con pollo	Mostaza con miel
Ensalada del chef	César
Plato de frutas frescas con requesón	

FAVORITOS A LA PARRILLA

Queso a la parrilla ♥ 2	Quesadilla con pollo 4
Hamburguesa (1.5-3)	Allitas de pollo (1-1.5)
Hamburguesa con queso (1.5-3)	Sándwich de pechuga de pollo a la parrilla (2-3) ♥
Hamburguesa de alubias o frijoles negros ♥	

Hamburguesas servidas con lechuga, tomate y cebolla, sobre un panecillo blanco o de trigo.

FAVORITOS DE LA FAMILIA

Pastel de carne del granjero ♥ 15	Pechuga de pavo al horno ♥
Guisado de carne Yankee ♥	Pollo a la parmesana 13
Pollo salteado asiático 1	Berenjena a la parmesana ♥ 5
Macarrones con queso ♥ 4	Bacalao crujiente al horno ♥ 1

BARRA DE PASTAS

Opciones de pastas ♥ ♥	Opciones de salsas
Penne 15	Primavera ♥
Penne sin gluten 2	Marinara ♥
Spaghetti 15	Boloñesa

PIZZA

Tradicional 2	Vegetales 2	De lujo 2
Queso	Cebolla	Pepperoni
Pepperoni	Hongos	Cebolla
	Pimientos verdes	Hongos
		Pimientos verdes

BARRA DE FIAMBRES

Panes ♥ 2	Carnes y rellenos	Quesos	De la huerta
Blanco	Jamón	Americano	Lechuga
Trigo	Roast Beef	Provolone	Tomate
	Pavo ♥	Suizo ♥	Cebolla
	Pollo		Pepinillos encurtidos
	Ensalada ♥		
	Ensalada de huevo ♥		
	Ensalada de atún ♥		
	Mantequilla de maní		
	Gelatina		

ACOMPÑAMIENTOS

Vegetales ♥	Para acompañar
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	Patatas fritas gruesas 3
Chicharos ♥ 1	Patatas al horno ♥ 15
Zanahorias ♥	Frijoles pintos ♥ 15
	Cuscús ♥ 2

Frutas y postres

Fruta ♥ ♥	Galletas dulces
Manzana 1	Avena con pasas de uva 2
Banana 2	Chip de chocolate 2
Taza de frutas frescas 1	Galletas de mantequilla 15
Compota de manzana 1	Mantequilla de maní 2
Rodajas de durazno 1	Galletas de Graham 1
Peras a la mitad 1	
Cóctel de frutas 1	

Delicias dulces

Brownie de chocolate ♥ 2
Pastel terciopelo rojo 3
Pastel del ángel ♥ 1
Pastel de queso 15
Delicias de arroz crujiente ♥ 2

Congelados

Helado de vainilla 1
Helado de chocolate 1
Sorbete arco iris ♥ 15
Helado de agua de limón ♥ 1

Budín ♥ 15

(opciones sin azúcar disponibles)
Vainilla
Chocolate

Gelatin ♥ 15

(opciones sin azúcar disponibles)
Fresa
Naranja
Cereza (opción sin azúcar no disponible)

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

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.

