

Dietas líquidas

Dieta de líquidos claros

Caldo: Carne de res • Pollo • Vegetales

Jugo: Manzana (21) • Arándanos rojos (21) • Uva (19)

Gelatina (18) **REG** • **SF:** Cereza **REG** • Naranja **REG** • **SF** • Fresa **SF**

Paleta helada de limón (27) **REG** • (13) **NSA**

Café **REG** • **DECAF**

Té caliente **REG** • **DECAF**

Té helado **DECAF**

Limonada (13)

Ginger Ale (15) **REG** • **DIETÉTICO**

Dieta de líquidos completos

Incluye todos los artículos de la dieta de líquidos claros además de lo siguiente:

Sopa de tomate (16) **LS**

Cream of Wheat® (23)

Yogur de vainilla (15)

Pudín **REG** • **NSA:** Vainilla (29) • Chocolate (26)

Congelados: Helado: Vainilla (16), Chocolate (26), Fresa (28) •

Sorbete: Naranja (32)

Leche: Sin grasa (12) • 1% (12) • Entera (12) • Soja (9) •

Chocolate LF (25) • Sin lactosa (12)

Jugo: Naranja (17) • Ciruela pasa (22)

Chocolate caliente (16) **REG** • (10) **NSA**

Disponibles todo el día

Desayuno

Cereales calientes y fríos

Avena (32) • Grits (35) • Cream of Wheat® (23) • Cheerios® (23) •

Honey Nut Cheerios® (23) **GF** • Corn Flakes® (18) • Raisin Bran® (28) •

Rice Krispies® (23)

Platos principales

Huevos de corral: Huevos duros • Huevos revueltos bajos en colesterol •

Tofu revuelto (6) **VG** • Torrijas (16) • Pancakes de buttermilk (33)

Guarniciones

Salchicha (**HAMBURGUESA DE PUERCO, SALCHICHA DE PAVO**) •

Papas fritas caseras (21) **GF** • English muffin ([23] **BLANCO, DETRIGO**) •

Bagel ([42] **BLANCO, DETRIGO**) • Muffin de grano entero de arándanos azules (33) • Yogur griego (11) **GF** • Parfait de yogur con fresa (49) •

Queso cottage LF (6) **GF**

Almuerzo y cena

Platos principales calientes y a la parrilla

Filete a la parrilla con zucchini **VG GF** • Abadejo con hierbas y cítricos •

Palitos de pollo horneados (22) • Burrito southwest (43) **VG** • Tortitas de

falafel (20) • Hamburguesas (**PAN SIN GLUTEN DISPONIBLE**): Hamburguesa

con queso, de pavo, de vegetales (17) **VG**, sándwich de pollo

Sándwiches de carne fría (**PAN SIN GLUTEN DISPONIBLE**)

Pavo • Carne de res asada • Jamón • Ensalada de pollo •

Ensalada de huevo • Ensalada de atún

Platos principales fríos

Plato de queso cottage y fruta (44) **GF** • Ensalada del chef (8) •

Ensalada César con pollo (9) • Pan pita y vegetales con hummus (35) •

Burrito con hummus (57) **VG**

Sopas y ensaladas

Sopa: Pollo con fideos (10) • Tomate con albahaca (10) **GFV** •

Vegetales (10) **GFVG**

Caldo: Carne de res • Pollo • Vegetales

Palitos de zanahoria y apio • Ensalada verde mixta **VG**

Guarniciones

Judías verdes (6) **GF** • Zanahorias rebanadas (7) **GF** • Puré de papa

(22) **GF** • Pasta penne (30) **REG** • **GF** • Arroz al vapor ([22] **INTEGRAL,**

BLANCO) **GF** • Panecillo (**BLANCO, DETRIGO** [13]) • Muffin de maíz (30) •

Papas fritas (15) **REG** • (24) **HORNEADAS** • Pretzels (23)

Fruta

Fruta entera (15-22): Fruta fresca de temporada • Plátano •

Naranja • Manzana roja Delicious • Uvas rojas

Fruta picada (12-17): Taza de fruta fresca • Salsa de manzana

• Duraznos en cubos • Peras en cubos • Trozos de piña

• Mandarinas • Tropical

Postres

Galletas dulces: Avena con pasas (22) • Chispas de chocolate (22) •

Azúcar (23) • Lorna Doone® (18) • Crackers Graham (16)

Panadería: Brownie de chocolate (26) • Pastel de Ángel (28) •

Pound cake (25) • Manzanas horneadas con canela (11) **GF**

Pudín **REG** • **NSA:** Vainilla (29) **GF** • Chocolate (26) **GF**

Gelatina (18) **GF:** Baya **REG** • Fresa **SF** • Naranja **REG** • **SF**

Congelados **GF:** Helado: Vainilla (16), Chocolate (26), Fresa (28) •

Sorbete: Naranja (32) • Paleta helada de limón (27) **REG** • (13) **NSA**

Bebidas

Calientes: Café **REG** • **DECAF** • Té **REG** • **DECAF** • Chocolate

caliente **REG** (16) • **NSA** (10)

Frías: Té helado sin azúcar • Ginger Ale (**REG** (15) • **DIETÉTICO**) •

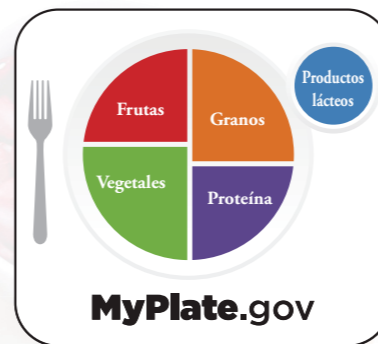
Limonada (13)

Jugo: Manzana (21) • Arándanos rojos (21) • Uva (19) • Naranja (17) •

Ciruela pasa (22)

Leche: Sin grasa (12) • 1% (12) • Entera (12) • Soja (9) •

Chocolate LF (25) • Sin lactosa (12)



CLINICIATM
by **sodexo**

GBMC MENÚ

Haga los pedidos entre las 6:30 a.m. y 6:30 p.m.

Para hacer pedidos desde su habitación:
Marque la extensión 6800

Si está usando un dispositivo personal:
Marque 443-849-6800



¡Nos importa su opinión!

Escanee este código QR con la cámara de su teléfono para completar esta breve encuesta y compartir sus comentarios sobre nuestro servicio de comidas para pacientes. ¡Gracias!



Nuestro objetivo es ofrecerle una experiencia gastronómica excelente. Por su seguridad, capacitamos continuamente a nuestro personal en todos los estándares y procesos de limpieza. Tenga la tranquilidad de que desinfectaron adecuadamente todos sus utensilios de servicio para cada comida. Todos sus alimentos se preparan en un entorno de cocina similar al de un restaurante limpio y desinfectado.

En el hospital, trabajamos con un menú clínicamente orientado e inspirado en un chef para ofrecer nutrición que sane. Se usan marcas de confianza para darle comidas agradables y nutritivas adecuadas para la dieta recetada que aprobó su proveedor.

Lo animamos a que pruebe nuestros especiales del día destacados. Durante el día, nuestro personal lo visitará para guiarlo en el proceso para pedir y con gusto le dará recomendaciones.

Si tiene una dieta modificada, el representante del Call Center de la extensión 6800 lo ayudará con sus elecciones.

Especiales para el desayuno

Lunes

Burrito de desayuno hecho con tocino, huevos revueltos y papas fritas caseras (21) servido en una tortilla de trigo (34)
Servido con avena (32) y un muffin de plátano y chispas de chocolate (22).

Martes v

Pancakes de buttermilk (33) y manzanas horneadas con canela (16)
Servidos con plátano (22) y Cream of Wheat® (23).

Miércoles v

Avena con manzana y canela (32) y yogur Chobani (11)
Se sirve con mandarinas (17).

Jueves

Avena (32), torrijas (27) y tocino
Se sirve con un plátano (22).

Viernes

Sándwich Nueva York para el desayuno, preparado con huevo frito, queso cheddar y tortita de cerdo servidos en un bollo Kaiser (35)
Se sirve con peras cortadas en cubos (18) y avena (32).

Sábado

Huevos revueltos, papas fritas caseras (21) y tocino
Se sirve con un plátano (22) y avena (32).

Domingo v

Pancakes de arándanos (35)
Se sirve con mandarinas (17) y avena (32).

Referencia: REG: regular • **NSA:** sin azúcar añadida • **LF:** bajo en grasa • **SF:** sin azúcar • **GF:** sin gluten • **V:** vegetariano • **VG:** vegano • **(N.º):** carbohidratos (los alimentos con menos de 5 gramos de carbohidratos no tienen gramos [n.º] indicados)

Especiales para el almuerzo

Lunes

El mejor burrito del suroeste (43) **VG**
Tortilla rellena de arroz español, pimientos bell asados y salsa de enchilada.
Se sirve con peras cortadas en cubos (18).

Sándwich de ensalada de pollo en pan de trigo (28)
Se sirve con sopa de carne y pimientos dulces (10) **GF**.

Martes

Tazón de arroz de carnitas de cerdo (50) **GF**
Paleta de cerdo asada a fuego lento con combinación de especias latinas, arroz con cilantro (23), frijoles pintos, pico de gallo, cheddar rallado, lechuga y lima. Se sirve con sopa de tomate baja en sodio (10) **GF** y una taza de frutas tropicales (15) **GF**.

Plato de ensalada César con pollo (9)
Se sirve con sopa de tomate baja en sodio (10) **GFV**.

Miércoles

Salmón empanizado a las hierbas cítricas
Filete de salmón del Atlántico marinado en jugos de naranja y limón, y asado en una costra crujiente de hierbas cítricas. Se sirve con orzo tostado (27), judías verdes **GF**, mousse de chocolate con manteca de maní (20) **GF** y sopa de pollo con fideos baja en sodio (10).

Sándwich de ensalada de huevo en pan de trigo (31)
Se sirve con sopa de pollo con fideos baja en sodio (10).

Jueves

Pastalaya cajún (48) **VF**
Zanahorias asadas y hongos cremini con tomates secos y pasta penne en una salsa Alfredo cremosa. Se sirve con una ensalada verde mixta con pepino y tomate **GF**, aderezo italiano **GF** & pastel de ángel (28).

Sándwich de ensalada de atún en pan de trigo (24)
Se sirve con sopa de carne y pimientos dulces (10) **GF**.

Viernes

Pastel de carne abundante (40) **GFV**
Lentejas tiernas, hongos, cebollas, guisantes y maíz en una salsa gravy rica en hierbas, cubiertos con puré de papas cremoso (21) y una ensalada verde mixta con pepino y tomate **GF**. Se sirve con un panecillo de trigo (13) y manzanas horneadas con canela (11) **GF**.

Plato frío de ensalada de pollo (21)
Ensalada de pollo sobre una hoja de lechuga con rebanadas de pepino, palitos de zanahoria y trozos de pan pita. Se sirve con sopa de tomate y albahaca baja en sodio (10) **GFV**.

Sábado

Chuleta de puerco en salsa (8)
Chuletas de puerco sin hueso condimentadas al estilo cajún cubiertas con tomate y cebollas (8), servidas con aderezo de salvia y salsa gravy (21), y vegetales mixtos de California (5).

Sándwich de ensalada de atún en pan de trigo (24)
Se sirve con sopa de vegetales baja en sodio (10) **GFV**.

Domingo

Estofado de frijoles rojos (24) **GFV**
Frijoles rojos con apio, cebollas, pimientos y zanahorias en una salsa picante de tomate al estilo cajún y coliflor. Se sirve con bocadillos de piña (15) **GF** y un muffin de maíz (30).

Sándwich de ensalada de huevo en pan de trigo (31)
Se sirve con sopa de pollo con fideos baja en sodio (10).

Especiales para la cena

Lunes

Boloñesa de pavo (39)
Pasta farfalle con pimientos tricolores asados, salsa boloñesa de pavo con carne, queso parmesano y floretes de brócoli (5). Se sirve con una galleta de avena y pasas (22) y un panecillo de trigo (13).

Abadejo con hierbas cítricas (28)
Se sirve con arroz con cilantro y lima, y brócoli.

Martes

Portobello relleno de balsámico (29) **GFV**
Hongo portobello asado cubierto con vegetales asados, espinaca, tomates secos y mozzarella. Se sirve con vegetales mixtos de California (5), un palito de pan con parmesano (10) y un brownie (38).

Filete Salisbury
Filete de res braseado picado cubierto con salsa gravy. Se sirve con sopa de vegetales baja en sodio (10) **GF**.

Miércoles

Estofado de carne de res braseada **GF**
Filete redondo de carne de res asada a fuego lento, puré de papas (21), salsa gravy y zanahorias asadas con hierbas (7). Se sirve con una salsa de manzana sin azúcar (11) **GF** y un panecillo de trigo (10).

Muslo de pollo a la cacciatore (12)
Muslos de pollo, hongos y pimientos salteados con ajo, acabados con salsa marinara y pasta penne (32).

Jueves

Pavo asado al estilo mediterráneo **GF**
Pechuga de pavo entera asada a fuego lento bañada con condimento mediterráneo con salsa gravy de pollo, batatas con canela (16) y guisantes con cebollas caramelizadas (11). Se sirve con bocadillos de piña (15) **GF** y un panecillo de trigo (10).

Macarrones con carne y tomates (20)
Macarrones en forma de tubo horneados con carne molida de res, marinara y cebollas. Se sirve con una ensalada verde mixta con pepino y tomate **GF**.

Viernes

Grits de camarones y queso (28)
Camarón fresco salteado con pimientos poblano, ajo y cebollas sobre grits de queso con judías verdes y pimienta roja. Se sirve con crumble de durazno y arándanos (24) y un palito de pan con parmesano (11).

El mejor burrito del suroeste (43) **VG**
Tortilla rellena de frijoles negros, tomates, maíz, jalapeño asado al fuego y arroz integral, cubierta con cilantro ácido y salsa roja. Se sirve con sopa de tortilla con pollo mexicana (11).

Sábado

Vegetales salteados al estilo cantonés (45) **V**
Guisantes con vaina, hongos, apio, brócoli, cebolla y pimienta roja salteados con fideos cabello de ángel. Se sirve con una galleta de azúcar con mantequilla (23) y un panecillo de trigo (10).

Guisado de pasta con pollo y espinaca (21)
Pasta penne (32) con pechuga de pollo, salsa de tomate, espinaca, albahaca, orégano y parmesano.

Domingo

Picadillo de carne de res (8) **GF**
Carne molida de res condimentada con vegetales frescos salteados y papas con arroz con cilantro y lima (26) y frijoles negros de Santa Fe (27). Se sirve con una ensalada verde mixta con pepino y tomate **GF**.

Ravioles de queso (35) **V**
Ravioles rellenos de ricota y cubiertos con marinara.