

CÓMO HACER SU PEDIDO

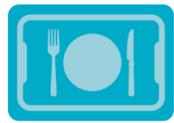
Nos complace ofrecer a nuestros pacientes el Servicio At Your Request Room Service Dining®. Este innovador programa de comidas le permite seleccionar platos entre una amplia variedad de opciones diseñadas para realzar su experiencia, como si estuviera comiendo en su restaurante favorito.



Cuando esté listo para hacer su pedido, marque "FOOD" (extensión 3663) de 7:00 a. m. a 6:30 p. m.



Le entregaremos el pedido en su habitación en un plazo de cuarenta y cinco (45) minutos o menos.



Los familiares y visitantes pueden solicitar bandejas para invitados. Para ello, deben comprar cupones de bandejas para invitados en la cafetería.



Llame a la extensión 3663 para conocer más detalles. Desde fuera del hospital, llame al 845-348-3006.

HORARIO DE LA CAFETERÍA

LUNES A VIERNES

SÁBADO Y DOMINGO

Desayuno: de 7:00 a. m. a 10:30 a. m.

Desayuno: de 7:30 a. m. a 10:30 a. m.

Almuerzo: de 11:30 a. m. a 2:30 p. m.

Almuerzo: de 11:30 a. m. a 2:00 p. m.

Cena: de 4:30 p. m. a 6:30 p. m.

Cena: de 4:30 p. m. a 6:30 p. m.



INFORMACIÓN SOBRE ALGUNAS DE LAS DIETAS QUE MÁS SE ORDENAN:

DIETA CARDÍACA

Esta dieta puede tener limitación de grasas saturadas, colesterol, sodio, cafeína y líquidos, según sea necesario. Por lo general, se indica a los pacientes que sufren enfermedades cardíacas o que tienen presión arterial elevada.

Opciones de alimentos sugeridos: Alimentos preparados sin sal agregada ni exceso de grasa, leche descremada o baja en grasa, galletas sin sal, frutas frescas, vegetales, sustituto del huevo, carnes magras, carne de aves y pescado.

Sugerencias de alimentos que debe limitar: Leche entera, mantequilla, carnes procesadas (tocino, salchichas, jamón), alimentos fritos, postres pesados y sal de mesa.

DIETA PARA DIABÉTICOS/CONTROL DE CALORÍAS

Esta dieta proporciona cantidades específicas de calorías, carbohidratos, proteínas y grasas para controlar el nivel de azúcar en la sangre y el peso.

Opciones de alimentos sugeridos: Alimentos preparados sin azúcar agregada, cereal sin azúcar, panes integrales, gaseosas dietéticas, gelatina dietética, frutas enlatadas en jugo, sustitutos del azúcar, café y té.

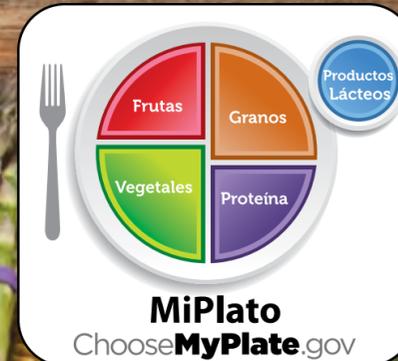
Sugerencias de alimentos que debe limitar: Azúcar, dulces, gaseosas regulares, pan blanco, cereales azucarados y jugos de frutas.

DIETA RENAL

Esta dieta proporciona cantidades específicas de proteínas, sodio, potasio, líquidos y fósforo. Esta dieta es para pacientes que padecen enfermedad renal (riñones).

Opciones de alimentos sugeridos: Alimentos preparados sin sal, frutas y vegetales bajos en potasio, como judías verdes, arvejas, manzanas, porciones medidas de carne, leche y productos lácteos para obtener proteínas.

Sugerencias de alimentos que debe limitar: Alimentos preparados con sal, frutas y vegetales con alto contenido de potasio, tales como naranjas, bananas, tomates, papas y cantidades excesivas de carnes, leche y otras fuentes de proteínas.



Montefiore | Nyack

MENU

Haga su pedido de 7:00 A. M. a 6:30 P. M.

LLAME AL 3663 (FOOD) PARA HACER SU PEDIDO.
DESDE FUERA DEL HOSPITAL, LLAME AL 845-348-3006.



by **sodexo**

DESAYUNO

JUGOS Y FRUTAS

JUGOS: Uva (19 g), Naranja (17 g), Manzana (21 g), Arándanos rojos (21 g), Ciruela (15 g), Jugo V-8 LS (10 g)
(4 oz)

FRUTA FRESCA: Manzana (18 g), Banana (22 g), Naranja (16 g), Copa de frutas frescas (15 g)

FRUTA ENLATADA: Puré de manzana (14 g), Melocotones (15 g), Peras (17 g), Ciruelas pasas (13g), Cóctel de frutas (10 g)

CEREALES CALIENTES

Cream of Wheat® (23 g)
Avena (33 g)

CEREALES FRÍOS

Corn Flakes® (18 g)
Rice Krispies® (18 g)
Cheerios® (GF) (20 g)
Raisin Bran® (27 g)
Frosted Flakes® (25 g)

YOGUR BAJO EN GRASA

(regular (33 g) o dietético (19 g))

Vainilla, Fresa, Arándanos

PANADERÍA Y PASTELERÍA

Bagel simple (33 g)

Panecillo inglés (regular o integral) (21 g)

MUFFIN: Arándanos, Maíz, Salvado (30 g)

DIETAS LÍQUIDAS

DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS

CALDOS LS: Verduras, Carne de res, Pollo

JUGOS: Uva, Manzana, Arándanos rojos

GELATINA: Bayas, Cítricos
(Reg. o SF)

HELADO DE AGUA DE FRUTAS

CAFÉ (regular o descafeinado)

TÉ CALIENTE (regular o descafeinado)

LIMONADA (regular o dietética)

TÉ HELADO (regular o descafeinado)

GINGER ALE (regular o dietética)

LLAME AL 3663 (FOOD) PARA HACER SU PEDIDO.

Si su médico le recetó una dieta modificada, algunos de los elementos podrían no estar disponibles.

COMIDA PARA LA MAÑANA

Huevos revueltos (regular o claras de huevo)

Huevo duro

Tostada a la francesa (regular o integral) (33 g)

Panqueque (suero de mantequilla o integral) (17 g)

Fresas frescas

GUARNICIONES PARA EL DESAYUNO:

Papas hash brown (21 g)

Tocino

Chorizo de Pavo o Cerdo

Queso cottage

TIENDA DE OMELETS Y BURRITOS

(Al gusto)

Huevos: regular o claras

EXTRAS PARA OMELETS:

Queso, Cebolla, Tomate, Hongos,

Pimiento verde, Brócoli, Espinaca,

Jamón, Tocino, Salsa

SÁNDWICH PARA EL DESAYUNO:

ELECCIÓN DE: Panecillo inglés (21 g)

o Pan vienés (33 g)

ELECCIÓN DE RELLENO:

Huevo, Queso, Tocino, Jamón

DIETA LÍQUIDA COMPLETA

Incluye todos los elementos de la Dieta de Líquidos Claros más lo siguiente:

Sopa de puré

Cream of Wheat®

Yogur de vainilla

PUDÍN: Vainilla, Chocolate
(Reg. o SF)

HELADO: Vainilla, Chocolate

LECHE: Sin grasa, 1 % baja en grasa, Chocolatada, Deslactosada,

Soya

ALMUERZO Y CENA

CALDOS Y SOPAS

CALDOS LS GF: Verduras, Carne de res, Pollo

SOPAS LS: Tomate y albahaca (16 g), Pollo con fideos (16 g), Crema de pollo (15 g), Vegetales de la huerta (GF) (10 g)

DE LA HUERTA

GUARNICIÓN ENSALADAS:

Ensalada de la huerta
Ensalada de espinaca (GF) (7 g),
Palitos de zanahoria y apio (3 g),
Ensalada cremosa de repollo (7 g),
Ensalada de macarrones (18 g)

ENSALADAS COMO PLATO PRINCIPAL:

Ensalada César con pollo (9 g),
Ensalada del Chef (GF) (9 g),
Plato frío con ensalada de Pollo (20 g),
Atún (20 g) o Huevo (20 g),
Plato de fruta con queso cottage (GF) (34 g)

DELI BAR

PANES:

Integral (12g), Blanco (14g),
Multigrano (18g), Centeno jaspeado (14g),
Pan vienés (33g), Blanco (GF) (14g)

DE LA HUERTA:

Cebolla, Lechuga, Tomate, Pepinillos

QUESOS:

Americano, Cheddar, Provolone, Suizo

CARNES Y RELLENOS:

Jamón, Pavo, Rosbif, Pollo (GF),
Atún (GF) o Ensalada de huevo (GF)

ADEREZOS:

Italiano (regular y LF)

Francés (regular y LF)

Ranch (regular y LF)

César (regular y LF)

Vinagreta balsámica (GF)

Mostaza y miel

FAVORITOS A LA PLANCHA

Sándwich de queso a la plancha (30 g)

BLT (32 g)

Hamburguesa (28 g)

Hamburguesa con queso (30 g)

Bocadillos de pollo horneados (21 g)

Sándwich de pechuga de pollo a la plancha (28g)

Hamburguesa de frijoles negros (43 g)

Fajitas de pollo (38 g)

DELICATESSEN

ENROLLADO DE VEGETALES ESTILO MEDITERRÁNEO (43 g)

Berenjena a la plancha con pepino, pimientos, lentejas y chalotes en una tortilla integral con salsa Tzatziki y queso feta

PAN SIN LEVADURA CON PAVO (26 g)

Pavo, cebolla morada y mezcla de vegetales primavera con mayonesa de arándanos rojos sobre pan integral sin levadura

COMIDA CASERA

PASTEL DE CARNE DE PAVO (12g)

Tradicional pastel de carne estilo casero, primero sazonado y luego horneado

ASADO EN CAZUELA ESTILO CAMPESINO (17g)

Bocadillos de carne asada a fuego lento en cazuela y vegetales

ESTOFADO DE CARNE

Pollo (18g) o Vegetales (7g)

ESTOFADO DE CERDO (GF) (5g)

Carne de cerdo cubierta con salsa de mostaza Dijon.

Condimentos disponibles bajo pedido

LLAME AL 3663 (FOOD) PARA HACER SU PEDIDO.

Si su médico le recetó una dieta modificada, algunos de los elementos podrían no estar disponibles.

ALMUERZO Y CENA

PIZZA INDIVIDUAL DE QUESO (44 g)

CON SU ELECCIÓN DE:

Pimientos verdes, Cebolla, Hongos frescos, Brócoli, Tomate, Pepperoni

**Hay pizza sin gluten disponible.*

ESTILO "ITALIANO"

PASTA: Espagueti (32 g), Penne (23g), Pasta (GF) (23g)

SALSA: Marinara (GF) (2g), Alfredo (5g), Salsa con albóndigas (GF), Pesto (GF)

ADICIONALES: Albóndigas o Pollo a la parrilla

NUESTRA ESPECIALIDAD

Penne Fantástica (43 g)

Penne (pasta (GF)) mezclado con espinaca fresca, pimientos rojos asados, tomates deshidratados al sol y pesto.

GUARNICIONES

VEGETALES: Zanahorias (7 g), Judías verdes (6 g), Maíz (18 g), Brócoli, Zucchini, Mezcla de vegetales (6 g), Arvejas (13 g)

PARA ACOMPAÑAR:

Arroz blanco (17 g), Arroz integral (20 g), Puré de papa (20 g), Papas fritas horneadas (24 g), Papa al horno (31 g), Puré de camote (14g), Relleno de pan (16 g), Macarrones con queso (23 g)

COMPLEMENTOS:

Panecillo (blanco o integral) (22 g), Papas fritas al horno (43 g), Chips de pan pita (28 g), Hummus (6 g)

BEBIDAS

CALIENTES:

Café (regular o descafeinado),
Té de hierbas (regular o descafeinado),
Chocolate (regular o SF)

JUGOS:

Uva, Naranja, Manzana, Arándanos rojos, Ciruela

FRÍAS:

Limonada (regular o dietética),
Té helado (regular o descafeinado),
Ginger Ale (regular o dietética),
Cola, Agua embotellada

LECHE FRÍA:

Sin grasa, 1 % baja en grasa, Entera, Chocolatada (26 g), Deslactosada (13 g), Soy (8 g)
(8 oz = 11 g)

POSTRES

PUDÍN:

(regular (25 g) o SF) Vainilla, Chocolate

GALLETAS:

Galletas Graham (17 g),
Chispas de chocolate (15g),
Avena con pasas (14 g),
Loma Doone (regular o SF) (21 g)

GELATINA:

(regular o SF) (10 g) Bayas, Cítricos (19 g)

DELICIAS ESPECIALES:

Tarta de Manzana (34 g),
Pastel de zanahoria (50 g),
Pastel Angel Food (36 g)
(Salsa y Fresa)

POSTRES CONGELADOS:

(regular (19 g) o SF (15 g)) Helado: Vainilla o Chocolate
Helado de agua de frutas:
Limón o Cereza (18 g)
Helado sin lactosa (16 g)

CLAVE

**(G): CARBOHIDRATOS • FF: SIN GRASA • LF: BAJO EN GRASA
LS: BAJO EN SODIO • SF: SIN AZÚCAR • GF: SIN GLUTEN**

LLAME AL 3663 (FOOD) PARA HACER SU PEDIDO.

Si su médico le recetó una dieta modificada, algunos de los elementos podrían no estar disponibles.