

DIETAS LÍQUIDAS

♥ ▲ MENÚ DE LÍQUIDOS CLAROS

Jugos Manzana Arándanos rojos Arándano rojo de dieta	Bebidas calientes Café recién preparado Café descafeinado Té recién preparado Té descafeinado
Caldos Carne Pollo Verduras	Bebidas frías Té helado Ginger Ale Ginger Ale de dieta Lima limón Lima limón de dieta
Gelatina Regular Sin azúcar	Helado italiano Paletas heladas Regular Sin azúcar

MENÚ TOTALMENTE DE LÍQUIDOS

♥ Jugos ▲ Manzana Naranja Ciruela pasa ▲ Arándano rojo ▲ Arándano rojo de dieta V8 bajo en sodio
♥ Cereales ▲ Crema de trigo ▲ Crema de trigo con manzana y canela
♥ ▲ Caldos Carne Pollo Verduras
Sopa ♥ Crema de tomate Crema de champiñones
Postres Pudín: Vainilla Vainilla sin azúcar ♥ Chocolate ♥ Chocolate sin azúcar Helado: Vainilla ♥ Vainilla sin azúcar Chocolate Fresa ♥ ▲ Paletas heladas : Regular Sin azúcar ♥ ▲ Sorbete ♥ ▲ Helado italiano de hielo
▲ Gelatina: Regular ♥ Sin azúcar
♥ ▲ Bebidas calientes Café recién preparado: Descafeinado Regular Té recién preparado: Descafeinado Regular Chocolate caliente: Regular Sin azúcar
Bebidas frías ♥ Té helado ♥ ▲ Ginger Ale ♥ ▲ Ginger Ale de dieta Leche: ♥ Descremada ♥ Al 2% Entera ♥ Almendras ♥ Sin lactosa

PARA HACER SU PEDIDO:

LLAME AL

456-3663

ENTRE LAS
7:00 a.m. y 7:00 p.m.

Un Operador en Nutrición lo guiará a través del proceso de pedido. Nuestros experimentados Chefs prepararán su comida con los ingredientes más frescos adaptados a la dieta que le han recetado.



MORRISON CREE EN EL PODER DE LOS ALIMENTOS

Su poder para agilizar la recuperación y lograr la misión de una vida saludable. Su poder para conectar, reconfortar, restablecer y rejuvenecer. Por más de 65 años, nos hemos especializado en el servicio de comidas para el cuidado de la salud.

Es todo lo que hacemos.

Equipados con esa especialización y experiencia, nuestro personal desata el poder de los alimentos, utilizándolos para tocar vidas y transformar la experiencia de la atención médica. Es a lo que nos dedicamos. Es lo que somos.

Esa es la diferencia de Morrison. Ese es "El poder de los alimentos".



SERVICIO A LA HABITACIÓN

UCI Health

PARA HACER SU PEDIDO:

LLAME AL

456-3663

ENTRE LAS
7:00 a.m. y 7:00 p.m.

Un Operador de Nutrición lo guiará a través del proceso de pedido. Nuestros experimentados Chefs prepararán su comida con los ingredientes más frescos adaptados a la dieta que le han recetado.

INFORMACIÓN DE LA DIETA

Su dieta, así como sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y podría agilizar su recuperación. Usted recibirá la dieta que le ha recetado su médico, quien luego puede indicarle una dieta de transición durante su estancia.

- Regular** - No hay restricciones de dieta para esta dieta.
- Restringida en sodio (2000 mg de sodio)** - Se le servirá hierbas y especias en lugar de sal como sazonador. Los alimentos procesados como queso, tocino, embutidos, hot dogs, salchichas y jamón serán limitados.
- Baja en colesterol / Baja en grasa** - Se le servirá frutas y verduras frescas, carnes magras, aderezos para ensaladas bajos en grasa y productos lácteos bajos en grasa.
- Consistente en carbohidratos** - Los alimentos que contienen carbohidratos tienen el efecto más grande en su nivel de azúcar en la sangre. Se le servirá la misma cantidad de carbohidratos en cada comida. Los alimentos que contienen carbohidratos incluyen panes, cereales, papas, pasta, arroz, frijoles, leche y productos lácteos, frutas y jugos de frutas, sodas y dulces/postres.
- Renal** - Mientras esté en esta dieta, sus comidas pueden limitar uno o más de los siguientes: Líquidos, proteína: se encuentran en los huevos, carne y productos lácteos (leche, queso); sodio: se encuentra en las carnes curadas (tocino/jamón) y en otros alimentos altamente procesados; potasio: alto en algunas frutas y verduras; fósforo: se encuentra en la leche, nueces, chocolate y colas.
- Gastrointestinal suave** - Mientras esté en esta dieta, no se le servirá alimentos que pudieran causar gases, tales como brócoli, coliflor, repollo, cebolla y ajos. Notifique al departamento de Servicios de Nutrición y Alimentación sobre cualquier comida que le pueda causar alguna molestia.
- Líquidos claros** - Se le servirá líquidos claros, incluyendo jugos, café, té, caldo y gelatina. No se le servirá leche ni crema con su café.
- Totalmente de líquidos** - Además de líquidos claros, podrá consumir leche y productos lácteos, incluyendo pudín y yogur.

*Las dietas saludables para el corazón o para pacientes cardíacos pueden incluir una combinación de las dietas Baja en colesterol / Baja en grasa y Restringida en sodio.

El texto verde indica Opciones ovolacto vegetarianas

♥ Indica que puede ser adecuado para dietas cardíacas

▲ Indica que puede ser adecuado para dietas renales

Las opciones de carbohidratos están indicadas después de los productos del menú

DISPONIBLE A PARTIR DE LAS 10:30 A.M.

SIEMPRE DISPONIBLE

SOPAS

- ♥▲ Sopa de pollo con arroz 1 CHO
- ♥▲ Sopa de arroz con verduras 0.5 CHO
- ♥ Sopa de pollo con fideos 0.5 CHO
- ♥ Crema de sopa de tomate 1 CHO
- Crema de sopa de champiñones 0.5 CHO

PLATOS LIGEROS Y A LA PARRILLA

- ♥ Ensalada César 1 CHO (Pollo opcional)
- ♥ Ensalada verde del mercado como plato principal 0.5 CHO (Elección de proteína)
- ♥ Plato de fruta fresca 1 CHO
- ♥ Plato de verduras y pasta de garbanzos 3 CHO
- ♥▲ Hamburguesa 3 CHO
- ♥ Hamburguesa de frijoles negros 4 CHO
- ♥▲ Sándwich de pollo a la parrilla 3 CHO
- Sándwich de queso a la parrilla 2 CHO
- Quesadilla: Queso 2.5 CHO, o Pollo 2 CHO

CREE SU PROPIO SÁNDWICH DEL DELI

PAN o PANECILLO:

- ♥▲ Pan de trigo integral 1 CHO o
- ♥▲ Pan blanco 1 CHO
- Pan de masa fermentada 1.5 CHO
- ♥▲ Tortilla de harina 1.5 CHO
- ♥▲ Tortilla de maíz 1 CHO

PROTEÍNA:

- ♥▲ Ensalada de pollo | ▲ Ensalada de huevo
- ♥▲ Ensalada de atún
- Carne asada | Jamón
- ♥▲ Pavo
- Mantequilla de maní

INGREDIENTES ADICIONALES:

- Queso americano | Queso cheddar
- Provolone | ♥ Suizo bajo en sodio
- ♥▲ Lechuga | ♥ Tomate
- ♥▲ Cebolla morada | Pepinillos

PARA HACER SU PEDIDO:

LLAME AL

456-3663

ENTRE LAS

7:00 a.m. y 7:00 p.m.

Un Operador en Nutrición lo guiará a través del proceso de pedido. Nuestros experimentados Chefs prepararán su comida con los ingredientes más frescos adaptados a la dieta que le han recetado.

PLATOS PRINCIPALES

- ▲ Guiso de carne
- ♥▲ Pastel de carne de res 1 CHO
- ♥▲ Pechuga de pollo a la parrilla
- ♥▲ Pavo Asado Al Horno
- ♥▲ Pechuga de pavo asada
- ♥▲ Pescado al horno 0.5 CHO
- ♥▲ Pasta penne 3 CHO
- La salsa de su elección:
- ♥ Salsa de carne de pavo 0.5 CHO
- ♥ Salsa de tomate 0.5 CHO
- Salsa Alfredo
- ▲ Aceite de ajo con hierbas

Construye tu propio tazón Yoshi

- ♥▲ Arroz 1.5 CHO,
- ♥▲ Fideos 1 CHO,
- ♥▲ Verduras salteadas,
- ♥▲ Cebollas verdes
- Carne ▲: ♥ Carne de res,
- ♥ Pollo, ♥ Tofu

Salsas: ♥▲ Salteados 0.5 CHO, Teriyaki 1 CHO

Construye tu propio tazón de fiesta

- ♥▲ Arroz 1.5 CHO, ♥ Frijoles negros 0.5 CHO,
- ♥▲ Maíz 0.5 CHO, ▲ Queso cheddar,
- ♥▲ Queso fresco,
- ♥▲ Cebollas verdes, ♥ Tomate,
- Carne ▲: ♥ Carne de res,
- ♥ Pollo, ♥ Tofu

Salsas: Salsa de tomate asado

GUARNICIONES

- ♥ Puré de papas 1 CHO
- ♥ Puré de papas dulces 2 CHO
- ♥▲ Arroz integral 1.5 CHO
- ♥▲ Arroz blanco 1.5 CHO
- Frijoles negros 1 CHO
- Macarrones con queso 1.5 CHO
- ♥ Trozos de papas asadas 1 CHO
- ♥▲ Judías (ejotes) sazonadas
- ♥▲ Brócoli al vapor
- ♥▲ Calabacín salteado
- ♥ Zanahorias asadas 0.5 CHO
- ♥▲ Maíz de grano entero 1 CHO
- Queso cottage
- ♥▲ Ensalada César como guarnición 0.5 CHO
- ♥▲ Ensalada como guarnición
- ♥▲ Pepinos
- ♥▲ Zanahorias o ♥▲ Palitos de apio
- Hojuelas de papas regulares 1.5 CHO o
- ♥ Hojuelas de papas al horno 1.5 CHO
- ♥▲ Panecillo 1-1.5 CHO

ADEREZOS PARA ENSALADAS

- 1000 Islas 0.5 CHO | Ranch
- César | ♥▲ Italiano
- Vinagreta balsámica
- ♥▲ Ranch sin grasa 1 CHO

POSTRES

- ♥ Bizcocho de chocolate 2 CHO
- ♥▲ Parfait de tarta de fresas 1.5 CHO
- ♥▲ Pastel Ángel 2 CHO
- Mousse de cítricos 1 CHO
- ♥▲ Compota de manzana con canela 1 CHO
- Galletas: Chispas de chocolate 1 CHO
- ♥▲ Azúcar 1 CHO
- ♥▲ Fruta variada: Fresca o Enlatada 1-2 CHO

▲ Gelatina

Regular 1 CHO | ♥ Sin azúcar

Pudín

- ♥ Chocolate o Vainilla
- ♥ Chocolate sin azúcar 1 CHO o
- Vainilla sin azúcar 1 CHO

Dulces congelados

Helado:

- Vainilla | Chocolate
- Fresa
- ♥ Vainilla sin azúcar 1 CHO
- ♥▲ Sorbete
- ♥▲ Helado italiano de hielo
- ♥▲ Paletas heladas: Regular | Sin azúcar

BEBIDAS

- ♥▲ Café: Regular | Descafeinado
- ♥▲ Té: Helado | Caliente | Descafeinado | Regular
- ♥ Chocolate caliente: Regular 1 CHO | Sin azúcar
- ♥ Jugo: ▲ Manzana 1 CHO | ▲ Arándano rojo 1 CHO
- ▲ Arándano de dieta
- V8 bajo en sodio 0.5 CHO
- Naranja 1 CHO | Ciruela pasa 1 CHO
- Leche: ♥ Descremada 1 CHO | ♥▲ Al 2% 1 CHO
- Entera 1 CHO | ♥ Chocolateada al 1% 2 CHO
- ♥ Almendras 1 CHO | ♥ Soya 1 CHO
- ♥▲ Sin lactosa 1 CHO

El texto verde indica Opciones ovolacto vegetarianas

♥ Indica que puede ser adecuado para dietas cardíacas

▲ Indica que puede ser adecuado para dietas renales
Las opciones de carbohidratos están indicadas después de los productos del menú

♥ CEREAL Y YOGUR

- Parfait de yogur, granola y fruta 1.5 CHO
- Yogur surtido 1-2 CHO
- Yogur natural sin grasa 0.5 CHO
- ▲ Avena 1 CHO | ▲ Crema de trigo 1 CHO
- ▲ Azúcar moreno 1 CHO y pasas 2 CHO
- ▲ Crema de trigo con manzana y canela 2 CHO
- Cheerios integrales 1.5 CHO
- ▲ Cornflakes 1 CHO | ▲ Frosted Flakes 1.5 CHO
- ▲ Rice Krispies 1 CHO
- Raisin Bran 2 CHO

▲ PLATOS PRINCIPALES DEL DESAYUNO

- Huevos revueltos
- ♥ Huevos bajos en colesterol
- ♥ Claras de huevo | Huevos duros
- ♥ Tostada francesa con canela 1 CHO
- ♥ Panqueques: Simples 1 CHO | Con arándanos 1 CHO

CREE SU PROPIO OMELET O SCRAMBLE

Su elección de:

- ▲ Huevos enteros | ♥▲ Clara de huevo
- ♥▲ Huevo bajo en colesterol
- ♥▲ Tofu revuelto
- Tocino | Salchicha
- ♥▲ Brócoli | ♥▲ Champiñones
- ♥ Espinaca | ♥ Tomate
- ♥ Papas 1 CHO | ♥▲ Pimiento verde
- ♥▲ Cebolla verde
- ♥▲ Tortilla: Maíz 1 CHO | Harina 1.5 CHO
- Queso: Americano | ▲ Cheddar
- Suizo bajo en sodio
- ♥▲ Queso fresco desmenuzado

GUARNICIONES DEL DESAYUNO

- ♥ Salchicha de pavo | Salchicha de cerdo
- Salchicha vegetariana
- Tocino de cerdo
- ♥ Papas salteadas del desayuno 1.5 CHO

PANADERÍA

- ♥▲ Muffin inglés 1.5 CHO
- ▲ Muffin de arándanos 1 CHO
- ♥▲ Bagel 2.5 CHO | Panecillo 1.5 CHO

♥ FRUTA

- Copa de fruta fresca 0.5 CHO | ▲ Piña fresca 1 CHO
- Melón mixto 0.5 CHO | ▲ Mandarinas 1 CHO
- ▲ Uvas 1 CHO | ▲ Duraznos en cubos 1 CHO
- ▲ Peras en cubos 1 CHO
- ▲ Compota de manzana 1 CHO
- ▲ Manzana 1 CHO | Plátano 2 CHO | Naranja 1 CHO

Algunos alimentos podrían no ser apropiados según su dieta o alergias a algunos alimentos.