

SERVICIO AL CUARTO

MENÚ EN ESPAÑOL (Spanish Menu)



Mary Washington Hospital



Para ordenar su comida,

Por favor llame al

1-3-6-6-3

Entre las **7:00 am a 6:30 pm**

Tabla de contenido:

- Dietas Líquidas..... Pagina 2
- Acompañantes..... Pagina 3
- Platos principales..... Pagina 4
- Postres..... Pagina 5
- Bebidas..... Pagina 5
- Desayuno Pagina 6

Ordene llamando al **1-3-6-6-3 desde su teléfono del cuarto**. Un(a) operador(a) le atenderá su llamada.

Tenemos **interpretes** en línea disponibles para tomar su llamada.

****Algunos artículos no son apropiados basado en la dieta prescrita por su médico o sus alergias.****

DIETAS LIQUIDAS

LIQUIDOS CLAROS

JUGOS

BEBIDAS CALIENTES (Hot beverages)

(★Descafeinado disponible) – No leche o crema

Café (Coffee) / Té Negro (Hot Tea) /

Té Verde (Green Tea)

Té de Hierbas (Herbal Tea)

BEBIDAS FRIAS (Cold beverages)

Té helado, descafeinado sin azúcar (Iced Tea)

Limonada (Sin azúcar) (Lemonade Sugar Free)

Frambuesa (Sin azúcar) (Raspberry, Sugar Free)

Soda Lima Limón (Reg/Dieta) (Lemon Lime Soda)

Ginger Ale (Regular / Dieta) (Ginger Ale)

Cola (Regular/ Dieta/ Sin Cafeína) (Cola, Reg/ Diet / Caff Free)

Agua

CALDOS

(Regular o Libre de Gluten)

Pollo (Chicken) / Res (Beef) / Vegetales (Vegetable)

POSTRES FRIOS Y CONGELADOS

(Cold & frozen treats)

Hielo Italiano (Italian Ice): Naranja (Orange) /

Limón (Lemon)

Paletas Surtidas (Regular / Sin azúcar)

(Assorted popsicles Regular/ Sugar free)

Gelatinas

Baya (Regular/ Sin Azúcar) (Berry, Regular/ Sugar Fee) /

Naranja (Orange)

CONDIMENTOS

Miel (Honey) / Sal (Salt) /

Azúcar (Regular/ Dieta) (Sugar)

** Suplementos nutricionales, (Ensure, Glucerna & Nepro) tienen que ser autorizados por el doctor**

LIQUIDOS COMPLETOS

JUGOS (Juices)

Manzana (Apple) / Arándano (Cranberry) / Naranja (Orange) / Ciruela (Prune)

BEBIDAS CALIENTES (Hot beverages)

(★Descafeinado disponible) – No leche o crema

Café (Coffee) / Chocolate caliente (Hot chocolate)

Té Negro (Hot Tea) / Té Verde (Green Tea) / Té de Hierbas (Herbal Tea)

BEBIDAS FRIAS (Cold beverages)

Leche (Milk) : 1% / Entera (Whole) / Chocolate / Soya (Vainilla o Chocolate) (Soy)

Té helado, descafeinado sin azúcar (Iced Tea)

Limonada (Sin azúcar) (Lemonade Sugar Free)

Frambuesa (Sin azúcar) (Raspberry, Sugar Free)

Soda Lima Limón (Sprite®) (Reg/Dieta) (Lemon Lime Soda)

Ginger Ale (Regular / Dieta) (Ginger Ale)

Cola (Regular/ Dieta) (Cola, Reg/ Diet)

Agua

CEREALES CALIENTES (Hot Cereals)

Crema de trigo colada (Cream of Wheat) / Avena Colada (Oatmeal Strained)

Crema de maíz colada

CALDOS Y SOPAS (Broths & Soups)

Caldo de: Pollo (Chicken) / Res (Beef) / Vegetales (Vegetable)

Crema de Tomate (Cream of Tomato)

POSTRES FRIOS Y CONGELADOS (Cold & frozen treats)

Gelatina: Baya (Regular/ Sin Azúcar) (Berry, Regular/ Sugar Fee) /

Naranja (Orange)

Yogur (Vainilla / Griego)

Pudines: (Puddings) Chocolate (Chocolate) / Vainilla (Vanilla)

Hielo Italiano (Italian Ice): Naranja (Orange) / Limón (Lemon)

Paletas Surtidas (Regular/Sin azúcar) (Assorted popsicles Regular/ Sugar free)

Helado de (Ice cream): Vainilla o Chocolate (Vanilla or Chocolate) /

Sorbete de Naranja (Orange Sherbet) /

Bebida nutricional (Vainilla o Chocolate) (Nutritional Drink)

CONDIMENTOS (Condiments)

Azúcar (Regular/ Dieta)/ Morena) / Miel/

Sal / Crema (Cream) / Mantequilla (Margarine) / Pimienta (Pepper)

ACOMPAÑAMIENTOS (Sides)

Su selección de 3 acompañantes (Your choice of 3 sides)

ENSALADAS PEQUEÑAS (Side Salads)

Ensalada César (Cesar Salad) / Ensalada Fresca del jardín (Garden Salad)

Su selección de Salsas/Aderezos (Your Choice of Dressing)

César (Cesar), Italiano (Italian), Ranch (Regular) (Ranch),
Vinagreta de Frambuesa (Raspberry)

Acompañantes calientes

VEGETALES

Maiz (Corn) / Brócoli (Fresh Broccoli) / Frijoles Verdes (ejotes) (Green Beans) /
Zanahorias (Carrots) / Espinaca (Spinach) / Guisantes Verdes (Peas)

ALMIDONES

Papas Rojas (Red Potato) / Puré de Papas Hecho en Casa con (Mashed potatoes) / Arroz Blanco o Integral (White or Brown rice)
Macarrones con Queso (Macaroni and cheese) / Papas Fritas (French Fries) / Pan de Maíz / Panecillo de Trigo

PASTA

Pasta (Pasta): Penne | Libre de Gluten
Salsas (Sauces): Marinara (Marinara) | Salsa con carne (Meat Sauce) | Alfredo (Alfredo)

Acompañantes fríos

Requesón (Cottage Cheese) / Palitos de zanahoria y apio (Carrots & Celery Sticks)
Humus con Pedazos de Pan Pita (Hummus & Pita Chips)

SOPAS Y CALDOS (Soups and Broths)

Sopas (Soups): Frijoles Negros y Lentejas (Black Bean & Lentil) / Pollo y fideos (Chicken Noodle) / Crema de tomate (Cream of Tomato) / Crema de pollo (Cream of Chicken) / Vegetales (Vegetable) / Sopa del Día - Selección del Chef (Soup of the Day)
Caldos (Broths, Reg/ No Gluten Added): Pollo (Chicken) / Res (Beef) / Vegetales (Vegetable)

FRUTAS FRESCAS

Manzana (Apple) / Uvas (Grapes) / Piña (Pineapple) / Guineo o Plátano (Banana)
Naranja (Orange) / Taza de frutas mezcladas (Fresh Fruit Cup)

FRUTAS SUAVES

Puré de manzana (Applesauce) / Durazno (Peaches) / Peras (Pears)

Yogur

Vainilla (Vanilla) / Fresa (Strawberry) / Griego Puro (Greek Plain) / Parfait de Frutas y Granola (Fruit Granola Parfait)

Plato Principal (Entree)

Su selección de un (1) artículo de las secciones en esta pagina

PLATOS DE ENSALADA

Ensalada César con Pollo (Chicken Caesar Salad) / Ensalada del Chef Pollo (Chef Salad)

Su selección de Salsas/Aderezos (Your Choice of Dressing)

César (Cesar), Italiano (Italian), Ranch (Ranch), Vinagreta de Frambuesa (Raspberry Vinaigrette)

SELECCIONES DEL CHEF (Chef Selections)

Pechuga de Pavo Rostizado con Salsa (Roasted Turkey Breast with Gravy)

Pechuga de pavo bañado con salsa de pavo

Pollo a la Parmesana (Chicken Parmesan)

Pechuga de Pollo, Queso y Salsa Marinara. Puede acompañar con arroz blanco

Rollo de Carne con Salsa de Res Res (Meatloaf with Gravy)

Rollo de carne de res con especias bañado en salsa de res

Humus y Crudite –

Una mezcla de vegetales frescos acompañado de hummus

Pescado al Horno (Baked Fish)

Pescado blanco al horno. Limón y Salsa Tártara disponible

Vegetales Asiáticos Salteados (Asian Stir Fry Vegetables)

Mezcla de vegetales frescos salteados en salsa teriyaki y servido sobre arroz blanco o integral.

Puede añadir pollo, pescado o tofu.

Wrap de Hummus y Vegetales – Deliciosos Vegetales Salteados con hummus envueltos en una tortilla de harina

A LA PARRILLA / PIZZA

Hamburguesa (Burger) : Carne (Hamburger) | Pavo (Turkey) | Portobello/Hongos (Portobello Vegetarian)

Pizza Personal (Personal Pizza) : Queso (Cheese), Pepperoni (Pizza), Salchicha de pavo (Turkey Sausage) Vegetales (Vegetables)

Emparedados Calientes a la Parrilla (Grilled Sandwich) : Queso (Grilled Cheese Sandwich) / Jamón y Queso (Grilled Ham & Cheese Sandwich)
/ Emparedado de Pollo (Grilled Chicken Sandwich) / Pedazos de Pollo Frito (Chicken Tenders)

DELI

Haga sus propios emparedados - Escoja el pan, queso, ingredientes, proteína y condimentos

Pan (Bread): Multigrano (Multigrain) /Integral (Wheat) /Blanco (White)
/ Centeno (Rye) /Libre de Gluten (No gluten added)

Quesos: Cheddar (Cheddar) / Suizo (Swiss) / Pepper Jack
Ingredientes: Lechuga (Lettuce) / Tomate (Tomato) /
Cebolla roja (Red Onion) / Pepinillo (Pickle)

Proteína: Pavo (Turkey) /Carne res asada (Roast Beef) / Jamón (Ham) / Ensalada de atún (Tuna salad) / Carne en conserva (Corned Beef) /
Ensalada de Pollo (Chicken salad) / Ensalada de Huevo (Egg salad) /

Crema de Cacahuete y Jalea (Fresa o Uva) (Peanut Butter and Jelly, Strawberry or Grape)

CONDIMENTOS (Condiments)

Cátsup (Ketchup) / Mostaza (Mustard) / Mayonesa* (LF Mayo) / Crema Agria* (LF Sour Cream) / Limón

Salsas (Sauces): Barbacoa (BBQ) / Miel y Mostaza (Honey Mustard) / Roja (Red) / Picante (Hot)

POSTRES

Su selección de un (1) artículo de las secciones en esta sección

POSTRES HORNEADOS

Pastel de Angel (Angel Food Cake)
 Postre crujiente de manzana (Apple Crisp)
 Pastel de Chocolate (Chocolate Brownie)
 Pastel con Fresas (Strawberry Shortcake)
 Galletas: Azúcar (Sugar) / Trocitos de chocolate (Choc chip)

PUDIN (Regular & Sin azúcar) (Pudding, Reg / Sugar Free)

Vainilla (Vanilla) / Chocolate (Chocolate)

GELATINAS DE SABOR

Baya (Regular / Sin Azúcar) (Berry – Regular or Sugar Free) / Naranja (Orange)

POSTRES FRIOS Y CONGELADOS (Cold & Frozen Treats)

Helado - Vainilla o Chocolate (Vanilla or Chocolate Ice cream) (Regular/ Sin Azucar) / Paletas de frutas (Assorted popsicles) /
 Hielo Italiano - Naranja o Limón (Italian Ice, Orange or Lemon) / Sorbete de Naranja (Orange Sherbet) /
 Bebida nutricional (Vainilla o Chocolate) (Nutritional Drink Vanilla or Chocolate)

BEBIDAS (Drinks)

JUGOS

Manzana (Apple) / Arándano (Cranberry) / Naranja (Orange) / Ciruela (Prune)

LECHE

1% (1%) / Entera (Whole) / Chocolate sin Grasa (FF Chocolate Milk) / Soya Vainilla (Soy Vanilla) / Almendra (Almond)
 Bebida Nutricional (Nutritional Drink) : Vainilla (Vanilla) / Chocolate (Chocolate)

BEBIDAS CALIENTES

(Regular (Regular) / Sin cafeína (Decaf))

Café (Coffee) / Té Caliente (Hot Tea) / Té Verde (Green Tea)

Té de Hierbas (Herbal Tea)

Chocolate caliente (Regular o Sin Azúcar) (Hot Chocolate – Regular or Sugar Free)

BEBIDAS FRIAS

Té Helado – Descafeinado, Sin Azúcar (Iced Tea, Decaf, Unsweetened) / Ginger Ale (Regular / Dieta) (Ginger Ale, Regular / Diet)

Soda de Lima Limón (Sprite®) (Regular / Dieta) (Lemon Lime Soda, Regular / Diet)

Cola (Regular/ Dieta) (Cola, Regular, Diet)

Limonada (Sin azúcar) (Lemonade, Sugar Free) , Frambuesa (Sin azúcar) (Raspberry, Sugar Free)

Agua (Water)

**** Suplementos nutricionales, (Ensure, Glucerna & Nepro) tienen que ser autorizados por el doctor****

MENU DEL DESAYUNO (Breakfast Menu)

PLATOS PRINCIPALES DEL DESAYUNO (Breakfast Entrees)

Su selección de un (1) artículo de las secciones en esta sección

OMELET (TORTILLA DE HUEVO) A SU GUSTO (Build your own omelet)

(Disponible en Regular, Bajo en Colesterol, Clara de Huevo)

Pimientos (Chiles) verdes (Green Peppers) / Cebolla (Onions) / Hongos (Mushrooms) / Espinaca (Spinach) / Tomates (Tomatoes) / Queso (Cheese) / Tocino (Bacon) / Salchicha (Sausage)

Tostada Francesa con canela (Cinnamon French Toast)

Panqueques (Pancakes): De Leche y Mantequilla (Plain) / Con fresas moras (Blueberries)

ACOMPAÑAMIENTOS DEL DESAYUNO (Breakfast sides)

Su selección de un (3) artículo de las secciones en esta sección

Huevos revueltos (regular o sustituto de huevo) (Regular or Low Cholesterol Scrambled Eggs)

Huevos Duro/ Hervido (Hard Boiled Egg) / Salchicha de pavo (Turkey Sausage)

Tocino de Cerdo (Bacon) / Tocino de Pavo (Turkey bacon) / Papas del Desayuno (Breakfast Potatoes) /

Cereales Calientes: Avena / Crema de trigo (Cream of Wheat) ® / Crema De maiz molido (Grits)
Cereales Frios: Corn flakes ® / Raisin Bran ® / Rice Krispies® / Cinnamon Toast Crunch

DE LA PANADERIA (Bakery)

Tostada: Multigranos (Multigrain), Integral (Wheat), Blanco (Whites), Libre de Glúten (Gluten Free), Centeno (Ryes), Panecillo Inglés (English Muffin)

Bagel (Bagel): Pasas y canela (Cinnamon Raisin) / Sencillo (Plain)

Pan dulce (Muffins) con: Fresas Moras (Blueberries) / Arandanos y Naranja (Orange Cranberry)

FRUTAS FRESCAS (Fresh Fruits): Manzana (Apple) / Naranja (Orange) / Banana (Banana) / Uvas (Grapes) / Piña (Pineapple) / Taza de frutas (Fresh Fruit Cup)

FRUTAS SUAVES (Soft Fruits): Puré de Manzana (Applesauce) / Peras (Pears) / Durazno (Peaches)

YOGUR (Yogurt): Yogur (Yogurt): Vainilla (Vanilla) / Fresas (Strawberries) / Griego sencillo (Greek Plain) / Parfait de Frutas y Granola (Fresh Fruit, Granola & Yogurt Parfait)

CONDIMENTOS (Condiments): Mantequilla (Butter) / Sal (Salt) / Pimienta (Butter) / Jalea (Regular/Dietética) (Jelly, Regular/ Diet) / Queso Crema (LF Cream Cheese) / Mantequilla de Cacahuete (Peanut Butter) / Sazonador de Hierbas (Herb Seasoning) / Almíbar (Regular/Dietético) (Syrup, Regular/ Diet) / Azúcar (Blanca/ Morena/ Sustituto) (Sugar- White/ Brown/ Subst) / Catsúp (Ketchup) / Miel (Honey) / Salsa Picante (Hot Sauce) / Salsa/ Canela (Cinnamon) / Pasas (Raisins) / Crema (Creamer)

Familiares, ordenen para un ser querido llamando al 540-741-3663 desde su hogar o móvil.