

## Selecciones adicionales

### DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA

**Platos principales:** Huevos revueltos, panqueques de crema, tostadas francesas, biscuit y salsa, papas de desayuno, salchicha de pavo, tocino


**Panes:** Bagel, bollitos de pan, bollito inglés o tostada

**Cereales:** Avena, crema de trigo, Cheerios, Frosted Flakes, Rice Krispies, hojuelas de maíz, Total Raisin Bran




**Fruta:** Plato de frutas frescas o plato de requesón y frutas frescas

### PLATOS PRINCIPALES DE ALMUERZO Y CENA

**Platos principales:** Pechuga  de pollo sazonada a la parrilla 


• Salmón asado • Tacos de res  • Sándwich caliente de rosbif • Nuggets de pollo • Macarrones con queso • Plato de frutas frescas • Plato de frutas frescas con requesón

**Pasta (penne o espagueti sin gluten) y la salsa de su predilección:** marinara, Alfredo o salsa de hierbas con limón

**Hamburguesa:** Hamburguesa , hamburguesa con queso , hamburguesa de pavo,  hamburguesa vegetariana de quinoa

**Pizza:** Queso o pepperoni

**Sándwich:** Crema de maní con jalea, vegetariano, pavo, rosbif, queso derretido o queso derretido y jamón

**Ensalada:** César  con pollo, taco vegetariano, taco de res, ensalada chef o ensalada vegetariana grande

### ACOMPAÑANTES/VERDURAS

**Papa:** Papas majadas con salsa o fritas

**Arroz:** Arroz integral o jazmín

**Rollo de pan:** Blanco o integral

**Chips:** Papa, Doritos o Baked Lays

**Fruta:** Rebanadas de manzana, uvas rojas, naranjas, bananas, vaso de melón fresco; duraznos enlatados, mandarinas, peras, piña o puré de manzana

**Verduras:** Zanahorias picadas, brócoli, calabacín, ensalada pequeña con el aderezo de su predilección (Ranch, italiano, césar o Thousand Island)

**Sopas:** Fideos con pollo, tomate o caldo

### POSTRES

Yogur helado, sorbete, helado italiano, gelatina o pudín, galletas de mantequilla o de animales

¡Pregunte a su enfermero por los refrigerios disponibles!

UC DAVIS  
HEALTH

MEDICAL  
CENTER

## MENÚ PARA PACIENTES

### Dieta pediátrica



### HORARIOS DE ENTREGA DE ALIMENTOS

**Desayuno:** 6:45 – 9:30 a.m.

**Almuerzo:** 11 a.m. – 2 p.m.

**Cena:** 4:45 – 7:30 p.m.

### CÓMO REALIZAR LAS SELECCIONES

1. Verifique el menú todos los días de modo que esté listo con sus selecciones.
2. Un asistente nutricional le llamará o le visitará cada día para que le indique sus selecciones del menú.
3. Si no hace sus selecciones, se le entregará automáticamente el especial del día.

Tenga en mente que ciertos artículos del menú podrían tener que ajustarse a las necesidades dietéticas especiales que prescriba su médico. Algunos artículos podrían estar restringidos.

Por favor, conserve este menú durante toda su estadía.

# Dieta pediátrica

Los Servicios de Comida y Nutrición ofrecen un menú de alimentos e ingredientes frescos, de temporada y cultivados en el área local. Las pechugas y caderas de pollo son locales y nunca llevan antibióticos. La carne de res para las hamburguesas es local y alimentada con pasto. La carne de res para el meatloaf es alimentada con pasto.

El desayuno, el almuerzo y la cena se sirven con leche. La sopa se sirve si se pide.

## DOMINGO

**Desayuno:** Panqueques de crema, sirope de arce y huevos revueltos  
**Almuerzo:** Quesadilla de queso, zanahorias picadas y un vaso de duraznos  
**Cena:** Pollo 🐔 teriyaki, arroz jazmín, brócoli y yogur  
**Sopa del día:** Pollo y fideos

## LUNES

**Desayuno:** Quiche Lorraine, papas de desayuno y yogur  
**Almuerzo:** Pasta Alfredo con verduras asadas y fruta  
**Cena:** Pollo con crema de limón, 🐔 papas majadas y coliflor  
**Sopa del día:** Sopa de lentejas rojas

## MARTES

**Desayuno:** Tostadas francesas, sirope de arce, huevos revueltos y yogur  
**Almuerzo:** Tacos de tinga 🐔 de pollo, frijoles negros, tortillas de harina, arroz con cilantro  
**Cena:** Meatloaf, 🐔 papas majadas y salsa, zanahorias picadas  
**Sopa del día:** Gumbo de 🐔 pollo

## MIÉRCOLES

**Desayuno:** Huevos revueltos, papas de desayuno y yogur  
**Almuerzo:** Macarrones con queso de la casa, calabacín y rebanadas de manzana  
**Cena:** Sándwich de queso derretido, verduras mixtas y un vaso de piña  
**Sopa del día:** Sopa de temporada

## JUEVES

**Desayuno:** Panqueques de crema, sirope de arce, huevos revueltos y yogur  
**Almuerzo:** Pavo asado, 🐔 papas Yukon Gold majadas con salsa, zanahorias asadas y coliflor, y una banana  
**Cena:** Carne de res 🐄 y brócoli, y arroz jazmín  
**Sopa del día:** Tortilla de pollo

## VIERNES

**Desayuno:** Huevos revueltos, papas de desayuno y yogur  
**Almuerzo:** Pasta con salsa boloñesa y verduras asadas  
**Cena:** Sándwich de pollo a la barbacoa 🐔 con ensalada de repollo, zanahorias picadas y un vaso de duraznos  
**Sopa del día:** Crema de almejas

## SÁBADO

**Desayuno:** Tostadas francesas, sirope de arce y huevos revueltos  
**Almuerzo:** Hamburguesa en 🐄 pan blanco, lechuga, cebolla, tomate, pepinillos, mayonesa, ketchup, mostaza, batatas fritas y rebanadas de manzana  
**Cena:** Pollo frito al horno 🐔, papas majadas con salsa, verduras al vapor y vaso de piña  
**Sopa del día:** Minestrone

## BEBIDAS

**Leche:** Descremada, baja en grasa, entera, sin lactosa, de chocolate, de soja o de almendra  
**Jugo:** Naranja, manzana, ciruela, arándano, arándano y uva o arándano de dieta  
**Bebida caliente:** Chocolate caliente (regular o sin azúcar)  
**Agua embotellada**

🐔 = Pollo sin antibióticos    🐄 = Res alimentada con pasto