

Bebidas

Bebidas calientes

- Café (R o D/C)
- Té (R o D/C)
- Chocolate caliente (R o SF)

Leche

- Leche descremada
- 1 % de grasa
- Leche entera
- Leche con chocolate
- Sin lactosa
- Leche de soya
- Leche de almendras

Bebidas frías

- Limonada
- Té helado sin azúcar
- Coca Cola (R o D)
- Ginger Ale (R o D)
- Agua embotellada

Jugos

- Naranja
- Arándano
- Manzana
- V8 de tomate
- Uva
- Ciruela

Condimentos

Los condimentos no se incluyen automáticamente con su comida. Recuerde pedirlos.

Pautas dietéticas

Vegetales

Varíe sus opciones de vegetales. Cualquier tipo de vegetal o jugo hecho exclusivamente con ellos se considera parte del grupo. Recuerde llenar la mitad de su plato con frutas y vegetales.

Frutas

Ponga énfasis en las frutas. Es mejor optar por la fruta entera en lugar de jugo, pero cualquier tipo es válido: fresca, congelada, enlatada, 100 % natural o deshidratada. Asegúrese de incluir una variedad de frutas y vegetales en su plato.

Granos

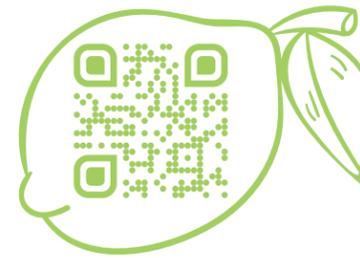
Intente que la mitad de sus granos sean enteros. Lea las etiquetas para identificar alimentos hechos con granos integrales, como trigo entero, avena y arroz integral. Todos son excelentes opciones.

Proteínas

No exceda el consumo de proteínas. Límitese a una cuarta parte del plato. Puede incluir frutos secos, legumbres, guisantes, semillas y aves.

Menús especiales

Visite bit.ly/MVHSMenus o escanee el código QR de la derecha para ver los menús traducidos, y nuestros menús recomendados para personas con algunas restricciones dietéticas.



Comuníquese con el centro de atención nutricional para solicitar una copia de cualquiera de los siguientes menús:

- Menú de Servicios Nutricionales – bit.ly/MVHSMenus
- Nutrition Services Menu – bit.ly/MVHSMenus
- Nutricionističke usluge Jelovnik – bit.ly/MVHSMenus
- bit.ly/MVHSMenus – قائمة خدمات التغذية
- bit.ly/MVHSMenus – အာဟာရဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ မိန့်
- bit.ly/MVHSMenus – တၢ်မၤစၢၤတၢ်အိၣ်န့ၣ်ဂံၢ်န့ၣ်ဘါ တၢ်ရဲၣ်လီၤကျဲၤလီၤ
- Menú sin gluten
- Menú para pacientes pediátricos
- Menú de carne Halal

Guía de menú

R – Regular

D – Dieta

LF – Bajo en grasas

LS – Bajo en sodio

D/C – Descafeinado

SF – Sin azúcar



Servicios Nutricionales Menú

El equipo de Servicios Nutricionales del Wynn Hospital le invita a seleccionar platos de nuestro delicioso menú y a llamar a nuestros operadores de servicio de habitación para realizar su pedido. Si su médico le ha recetado una dieta específica para satisfacer sus necesidades nutricionales, nuestro personal con gusto le guiará en el proceso de pedido y le ofrecerá recomendaciones personalizadas.

Si usted sigue una dieta terapéutica o modificada, nuestro personal del servicio de habitaciones estará disponible para ayudarle a seleccionar las opciones adecuadas para sus necesidades específicas.

Para hacer su pedido, llámenos al 315-917-8188.

Puede ordenar de 6:30 a. m. a 6:30 p. m.

Las bandejas para huéspedes pueden solicitarse por un costo de \$8 por plato.



Mañaneros

Huevos

- Revueltos
- Duros
- Sin colesterol

Omelets por orden (sencillo o con cualquiera de los siguientes):

- Queso cheddar, suizo o queso americano
- Cebollas
- Tomates
- Champiñones frescos
- Espinacas
- Pimientos verdes
- Tocino
- Jamón en cubitos

Panqueques de suero de leche

Panqueques de suero de leche

Sándwich de desayuno

Huevo y queso en un muffin inglés con salchicha de pavo, regular o tocino

Cereal (caliente): crema de trigo, crema de arroz, avena

Cereal (frío): Frosted Flakes, Rice Krispies, Cheerios, Raisin Bran, Corn Flakes

Guarniciones: papas fritas caseras, tocino, salchicha (de cerdo o pavo), queso cottage bajo en grasas

Panes y repostería:

- Muffin inglés
- Pan blanco
- Pan integral
- Bagel sencillo
- Muffin de arándano
- Muffin de plátano y nueces

Yogurt:

- Vainilla bajo en grasa
- Yogurt sencillo griego
- Light & Fit arándano o durazno)

Fruta fresca

- Manzana
- Plátano
- Taza de fruta fresca
- Mandarina
- Uvas rojas

Enlatados

- Salsa de manzana
- Duraznos
- Mandarinas
- Peras
- Cóctel de frutas

Almuerzo y cena

Caldos y sopas

- Caldo de res
- Sopa de hortalizas
- Caldo de pollo
- Sopa de tomate
- Caldo de vegetales
- Sopa de pollo con fideos

Hortalizas

Ensaladas de entrada

- Ensalada de hortalizas
- Ensalada César
- Ensalada chef
- Fuente de frutas frescas con queso cottage
- Plato de hummus con chapata y vegetales

Guarnición de ensalada

- Ensalada mixta primaveral
- Ensalada de col

Barra delicatessen

Panes

- Trigo
- Blanco
- Multigrano
- Wraps
- Pan pita
- Pan sin gluten

Carnes

- Jamón en cubitos
- Roast Beef
- Jamón de pavo

Aderezos

- Italiano (*R* o *D*)
- Francés (*R* o *D*)
- Ranchero
- César
- Aceite y vinagre
- Vinagreta de frambuesa

Los siguientes pueden ser agregados:

- Pollo a la parrilla
- Hummus
- Ensalada de atún
- Ensalada de pollo
- Camarones a la parrilla

Hortalizas

- Cebolla
- Lechuga
- Tomate
- Pepinillo
- Pepino

Rellenos

- Hummus
- Huevos, atún o ensalada de pollo (*preparado con mayonesa sin grasa*)
- Mantequilla de maní y mermelada

Favoritos de la parrilla

- Sándwich de queso a la parrilla
- Hamburguesa de pavo bistró
- Hamburguesa bistró con queso
- Hamburguesa de vegetales
- Pechugas de pollo en tiras
- Pizza de chapata con queso
- Chapata Margarita
- Papas fritas

Almuerzo y cena (continuación)

Selecciones diarias

- Asado
- Pastel de carne de estilo casero con salsa
- Macarrones caseros y queso
- Pechuga de pavo rostizado con salsa
- Pollo y albóndigas
- Pechuga de pollo a la parrilla con hierbas
- Pollo empanizado al horno
- Parmesano con guarnición de Ziti
- Riggies

Vegetales

- Judías verdes enteras salteadas
- Floretes de brócoli
- Zanahorias bebé rostizadas
- Maíz
- Utica Greens
- Papas horneadas
- Arroz blanco
- Pilaf de arroz silvestre
- Gajos de camote
- Puré de papas yukón
- Papas fritas asadas

Guarniciones

Postres

Galletas

- Chispas de chocolate
- Avena y pasas
- Lorna Doone
- Galletas de azúcar

Congelados

- Sorbete de frambuesa
- Helado de vainilla (*R* o *D*)
- Helado de chocolate (*R* o *D*)
- Sorbete de naranja
- Paleta helada
- Helado italiano (*limón* o *naranja*)

Delicias del chef

- Bizcocho Angel Food
- Bizcocho de chocolate
- Pudding de vainilla (*R* o *D*)
- Pudding de chocolate (*R* o *D*)
- Gelatina (*R* o *D*)