

EXPLICACIÓN DE LA DIETA

DIETA NORMAL: Alimentos y líquidos regulares, sin restricciones.

DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS: Líquidos transparentes, incluyendo caldo, té, gelatina, refrescos claros y jugos claros.

DIETA LÍQUIDA COMPLETA: Líquidos incluyendo leche, yogur suave, soda, cereales calientes, sopa licuada, budín, helado y todos los líquidos claros.

DIETA CARDÍACA: Restringe alimentos altos en grasa, como alimentos fritos y leche entera. Restringe alimentos altos en sal como alimentos procesados o enlatados, carnes frías y sal de mesa. La cafeína y el chocolate también pueden estar restringidos en esta dieta.

CCD (Dieta Controlada en Carbohidratos): Para personas que necesitan controlar la glucosa. Los alimentos que contienen carbohidratos se porcionan y monitorean en cada comida para promover el control glucémico. Se proporcionarán edulcorantes artificiales en lugar de azúcar. Los postres dulces pueden ser reemplazados por fruta o productos dietéticos.

DIETA RENAL (Baja en Potasio, Fósforo, Sodio): Para personas con problemas renales. Se proporcionarán alimentos bajos en sodio. Se restringen alimentos altos en potasio como tomates, naranjas y papas. Se restringen alimentos altos en fósforo como chocolate, frijoles y lácteos.

ALTA EN FIBRA, BAJA EN FIBRA: Los alimentos ricos en fibra como verduras/frutas crudas, granos enteros y salvado pueden ser promovidos en dietas altas en fibra y restringidos en dietas bajas en fibra.

DIETA DE CONSISTENCIA MODIFICADA: Se ofrecerán alimentos suaves, carnes y verduras picadas, alimentos licuados de consistencia suave en las dietas Blanda, Mecánicamente Blanda y Puré para facilitar la masticación y deglución.

Un anfitrión le asistirá con la selección de su pedido. Algunos artículos pueden no ser apropiados para su dieta. Por favor, permítanos ayudarlo a seleccionar.



Menú para Pacientes

Realice su pedido entre las **6:30 a. m. y 7:00 p. m.**

Llame al **951-788-3663** o al ***83663** desde su teléfono del hospital para realizar su pedido.

Puede ver este menú en línea en **RiversideCommunityHospital.com/PatientMenu**

DESAYUNO | de 6:30 a. m. a 9:00 a. m.

LUNES: Huevos revueltos con queso servidos con papas de desayuno, muffin de arándanos, banana, avena

MARTES: Tostadas francesas servidas con huevos revueltos con queso, fruta fresca cortada, Raisin Bran

MIÉRCOLES: Huevos revueltos servidos con papas de desayuno, salchichas, banana, crema de trigo, panecillo

JUEVES: Panqueques de suero de leche servidos con huevos revueltos con queso, fruta fresca cortada, Raisin Bran

VIERNES: Huevos revueltos con pimientos, cebollas y queso, servidos con papas de desayuno, salchichas, muffin de arándanos, naranja, avena

SÁBADO: Tostadas francesas servidas con salchichas, banana, Raisin Bran

DOMINGO: Panqueques de suero de leche servidos con huevos revueltos, salchichas, fruta fresca cortada, crema de trigo

ALMUERZO | de 10:30 a. m. a 1:30 p. m.

LUNES: Sándwich abierto de pavo servido con puré de papas y ejotes, crujiente de durazno

MARTES: Pechuga de pollo con limón y salvia con salsa de hierbas, servida con pilaf de arroz integral y cebada, vegetales italianos y panecillo, ensalada, pastel de manzana

MIÉRCOLES: Penne de trigo integral con salsa de carne servido con ejotes y panecillo, ensalada, fruta fresca

JUEVES: Pollo Marsala servido con pasta de trigo integral, brócoli, panecillo, sopa de tomate y cebada, crujiente de cereza

VIERNES: Bacalao con hierbas cítricas servido con arroz blanco español, zanahorias baby, panecillo, ensalada de col, fruta fresca

SÁBADO: Pechuga de pollo con arándanos y mostaza Dijon servida con puré de camote, ejotes, panecillo, sopa crema de brócoli, bizcocho de ángel con salsa de fresa

DOMINGO: Sándwich de cerdo desmenuzado BBQ servido con brócoli, ensalada de col, frijoles horneados, manzana

CENA | de 4:30 p. m. a 7:00 p. m.

LUNES: Carne asada servida con papas rojas, zanahorias en rodajas, pan de maíz, ensalada, pera

MARTES: Pastel de carne servido con puré de papas, ensalada de col, panecillo, chicharos, duraznos

MIÉRCOLES: Pavo asado con puré de camote, vegetales mixtos, panecillo, trozos de piña

JUEVES: Ziti al horno servido con calabaza amarilla, panecillo, ensalada, manzana

VIERNES: Fajita de carne con pimientos y cebollas, arroz con cilantro y lima, tortilla de maíz, salsa, ensalada de jardín, peras

SÁBADO: Stroganoff de carne servido con fideos de huevo, mezcla de chícharos y zanahorias, panecillo, ensalada, duraznos

DOMINGO: Barbacoa de res servida con frijoles negros, vegetales asados, tortilla de maíz, trozos de piña

Un anfitrión le asistirá con la selección de su pedido. Algunos artículos pueden no ser apropiados para su dieta. Por favor, permítanos ayudarlo a seleccionar.

BEBIDAS

CALIENTE: Café (regular o descafeinado), té (regular o descafeinado)

JUGO: Arándano, manzana, naranja, ciruela

FRÍO: Té helado, Pepsi, Pepsi Diet, Starry, Starry Zero, Minute Maid Lite Lemonade, Limonada Casera, Limonada Dietética, Leche descremada, leche al 1 %, leche chocolatada, leche sin lactosa, leche de soja, leche de almendras

DISPONIBLE TODOS LOS DÍAS

DESAYUNO

Huevos revueltos (regulares/claras de huevo)
Yogur (regular o ligero)
Muffin de arándanos
Cereales variados
Huevo duro
Tocino crujiente
Salchicha de pavo o cerdo
Avena o Cream of Wheat®

PLATOS CALIENTES Y GUARNICIONES

Bacalao al horno
Pechuga de pollo a la parrilla
Taco suave de carne o pollo
Ejotes
Zanahorias en rodajas
Maíz
Brócoli
Puré de papas
Arroz (integral o blanco)

MENÚ A LA PARRILLA

Sándwich de pollo a la parrilla
Hamburguesa clásica
Hamburguesa con queso clásica
Tiras de pollo
Hamburguesa vegetariana
Hamburguesa vegana
Quesadilla de queso
Quesadilla de pollo
Gajos de papa
Taco de carne

POSTRES

DELICIAS: Galletas Graham, galleta de avena y pasas, brownie de chocolate, galleta de azúcar, galleta con chispas de chocolate, fruta fresca, galletas Lorna Doone

GELATINA: Sabores variados (regular o sin azúcar)

BUDÍN: Vainilla, chocolate (regular o sin azúcar)

POSTRE HELADO: Helado: Vainilla, chocolate, sorbete, hielo de fruta (naranja, arcoíris o frambuesa)

Taco de pollo

DELICATESSEN

Pavo y queso suizo
Jamón y queso cheddar
Rosbif
Ensalada de pollo
Ensalada de atún
Ensalada de huevo
Mantequilla de maní y mermelada

ENSALADAS COMO PLATO PRINCIPAL

Ensalada César con pollo
Ensalada del chef
Ensalada fresca de guarnición
Plato de fruta y queso cottage

FRUTA

Manzana
Banana
Sandía
Naranja
Uvas

SOPAS

Tomate
Sopa de pollo con fideos
Cream of Chicken®
Sopa de vegetales vegetariana
Caldo (pollo, res o vegetal)