

## BOCADILLOS EN CUALQUIER MOMENTO

**Platillo de Queso y Galletas** 11g

**Platillo de verduras y hummus** 10g **GF**

**Hummus de pimiento rojo asado:** con chips pretzel 40g

**Mezcla de semillas y frutos secos** 15g

**Requesón y Fruta:** servido con fruta

fresca o enlatada 20g **GF**

**Platillo de Proteico:** carne fría en rodajas, queso y uvas 10g **GF**

**Galletas Graham & Mantequilla de Maní** 29g

## POSTRES

**Pastelillo Ángel:** con frutos rojos y crema batida 35g

**Taza de Pastel Queso Crema:** con compota de canela y manzana 30g

**Crujiente de Manzana Casera al Horno:** servido con crema batida 35g

**Helados:** chocolate, vainilla o fresa 17g **GF**

**Sorbete:** sorbete arcoíris 26g **GF**

**Pudín:** chocolate o vainilla 25g **GF**  
*disponible sin azúcar*

**Gelatina:** fresa o naranja 18g **GF**  
*disponible sin azúcar*

**Sorbete italiano:** de fresa o limón 18g **GF**

**Galletas chispas** de chocolate o azúcar 22g

**Taza de fruta fresca** 11g **GF**

## BEBIDAS

**Leches:** Sin grasa, 2%, entera y alternativas no lácteas 10-13g

**Jugos variados:** manzana, naranja, arándano, agua de frutas, ciruela o V-8 0-23g

**Sodas variadas:** Cola, Cola de Dieta, Lima Limón, Lima Limón de Dieta, Gatorade, Ginger Ale, Dr. Pepper, Dr. Pepper de Dieta o Root Beer 0-26g

**Café:** Regular o Descafeinado

**Chocolate caliente** 15g

**Tés surtidos:** verde, manzanilla, menta, té negro o té helado

## ACOMPAÑAMIENTOS

Ensalada de Papa 28g

Arroz Blanco 22g **GF**

Puré de Patatas 17g **GF**

Macarrones con Queso 18g

Pasta 22g

Galletas Saladas 5g

Lays (papitas 17g **GF**

horneadas) 23g

Panecillo Integral 16g

Ensalada de Repollo 10g

Zanahorias al vapor **GF**

Ejotes **GF**

Coliflor **GF**

Brócoli **GF**

## Condimentos

Sal

Pimienta

Sra. Dash (sub de sal)

Azúcar

Azúcar Sub

Azúcar moreno

Miel

Crema para Café

Crema en Polvo

Limón

Jarabe

Jarabe sin azúcar

Mantequilla

Jalea

Jalea sin azúcar

Queso crema

Mantequilla de maní

Salsa de arándanos

Nueces

Guacamole

Mayonesa

Mostaza

Salsa de tomate

Crema agria

Pico de Gallo

Salsa picante

Salsa BBQ

Salsa tártara

Salsa Marinara

Pesto

## BIENVENIDO (A)

La satisfacción y la seguridad del paciente son nuestras máximas prioridades. Por favor, háganos saber si hay algo que podamos hacer para que su estancia sea más cómoda. En Central Washington Hospital nos esforzamos por ofrecer a los pacientes un menú que cuenta con ingredientes recién preparados y de temporada. Nos asociamos con nuestros proveedores para obtener ingredientes de calidad para ayudar a construir una comunidad saludable.

**Llame a la ext. 33300 o al 509-433-3300 para hacer su pedido.**

No todos los artículos estarán disponibles para dietas modificadas o restringidas.

- Después de hacer sus selecciones, marque 33300 para realizar su pedido.
- Si está en una dieta especial, su Embajador lo ayudará con las selecciones de comidas más apropiadas. Tenga en cuenta que puede haber ciertos artículos no apropiados para las restricciones de su dieta actual y es posible que deban realizarse modificaciones.
- Informe a su Embajador si tiene alergias o preferencias dietéticas. Haremos todo lo posible para satisfacer sus necesidades durante su estancia. Vea el menú para artículos Sin Gluten marcados con este símbolo. **GF**.
- Si está recibiendo medicamentos que deben tomarse antes o con su comida, notifique a su enfermera usando su botón de llamada cuando llegue su comida.
- Los huéspedes pueden encontrar una variedad de opciones de comidas disponibles en nuestro Café de 7:00 a.m. a 7:00 p.m. o comprando una comida para invitados por \$ 7.50 a través del Embajador que se entregará de pedido del paciente. **VISA DISCOVER**
- Una vez que se realiza su pedido, las comidas generalmente se entregan en 45-60 minutos a menos que su Embajador especifique lo contrario.

## ¡Sus comentarios son bienvenidos!

Como siempre, valoramos sus comentarios. Por favor, díganos qué está funcionando bien o qué podemos hacer mejor para satisfacer sus necesidades. Si tiene alguna pregunta o inquietud con respecto a su servicio de comidas, no dude en comunicarse con nosotros al 509-433-3154 o [FoodFeedback@confluencehealth.org](mailto:FoodFeedback@confluencehealth.org)

## DIVULGACIÓN DE ALÉRGENOS

Aunque hacemos todo lo posible para acomodar las restricciones dietéticas, **no podemos garantizar la ausencia total de todos los alérgenos alimentarios** debido a las áreas de preparación de las instalaciones compartidas.

Revisado: 1/4/2023

Formulario#: 51173S

Propietario: Food Services

\\c1-v-YDrive.ch.rmc\Depts\Food\_Services\Food\_Services\_Mgmt\Regional Menu\CWH Spanish Room Service Menu\_v5.docx



## Central Washington Hospital Menú de servicio a la habitación

Para pedir los alimentos marque la extensión 33300 o 509-433-3300

**Llame antes de las 3:00pm:**

Sin no habla inglés marque la extensión 30060

**Líneas telefónicas Abiertas de 6:45am-3:00pm**

**Horas de servicio:**

**7:00 am-7:00 pm**

# DESAYUNO

Disponible entre las 7:00 am - 10:00 am

**Panqueque:** simple o con arándanos<sup>22g</sup>

**Tostadas Francesas:** regular<sup>20g</sup> o puede añadir cobertura de frutos rojos

**Burrito de Desayuno:** Incluye huevos revueltos con su elección de jamón, pimienta, cebollas y queso rallado enrollado en una tortilla.<sup>36g</sup>


Pico de gallo, guacamole y crema agria disponible

**Crea tu propio Huevo Revuelto** 

Jamón	Tomates
Trocitos de salchicha	Cebollas
Queso rallado	Champiñones
Frijoles negros	Pimientos

Pruebe una alternativa saludable en cualquier desayuno. ¡Hay disponibles claras de huevo y frijoles negros!

## Especiales del Chef: Desayuno

<b>Domingo</b>	Panqueques y huevos revueltos <i>servido con una taza de fruta fresca</i>
<b>Lunes</b>	Avena <i>servido con un huevo duro y uvas</i>
<b>Martes</b>	Huevos Revueltos estilo Southwest con: <sup>4g</sup> <i>servido con frijoles negros, tortilla y salsa</i>
<b>Miércoles</b>	Tostadas francesas con compota de manzana <i>servido con una empanada de salchicha y yogur griego</i>
<b>Jueves</b>	Sandwich de Desayuno <sup>26g</sup> <i>muffin inglés tostado con huevo, tocino, tomate y queso</i>
<b>Viernes</b>	Huevos Revueltos estilo Denver con:  <i>jamón, cebollas y pimientos mezclados con queso</i>
<b>Sábado</b>	Blintz de Queso <sup>25g</sup> <i>Crepa rellena de queso endulzado adornada con couli de fresa</i>

## Acompañamientos para el desayuno

**Acompañamientos** 

Huevo Hervido *servido frío*

Huevos revueltos

Huevo frito

Papa rallada<sup>22g</sup>

Tocino


Salchicha

**Cereal**<sup>14g-60g</sup>

Avena

Crema de trigo

Crema de Arroz 

Cereales fríos surtidos 

**Elección de coberturas** 

*Cobertura de frutos rojos,*


*Nueces, Azúcar Morena<sup>13g</sup>,*

*Miel 7g*

**PANES**<sup>15g-45g</sup>

Panes tostados

Muffin Inglés

Pan sin gluten 

**Bagel** : Simple o con Arándano

**FRUTAS**<sup>8-19g</sup> 

Manzanas en rodajas

Naranja en gajos

Taza de fruta fresca

Uvas

Pure de Manzana

Compota de manzana

Duraznos enlatados

Peras enlatadas

**YOGUR Y QUESO**<sup>1-38g</sup> 

Requesón

Palito de Queso

Yogur sin lactosa

Yogur griego



Parfait de yogur griego

con granola






# ESPECIALES DE ALMUERZO Y CENA

Opciones sin gluten disponibles bajo petición 

**Especiales del Chef: Almuerzo** Disponibles entre las 11:00 am y las 2:00 pm. Agregue una ensalada o sopa a cualquier comida.

<b>Domingo</b>	Pollo al Limón y Ajo servido con arroz salvaje <sup>21g</sup> y brócoli
<b>Lunes</b>	Pastel de carne casero (Meatloaf) <sup>17g</sup> servido con puré de papas y judías verdes
<b>Martes</b>	Pasta con Albóndigas y Salsa Marinara <sup>30g</sup> servido con coliflor
<b>Miércoles</b>	Sándwich de pavo caliente <sup>24g</sup> servido con puré de papas y judías verdes
<b>Jueves</b>	Solomillo de cerdo asado con compota de manzana <sup>10g</sup> 
<b>Viernes</b>	Tostadas francesas con compota de manzana <sup>36g</sup> servido con una salchicha y yogur griego <sup>10g</sup>
<b>Sábado</b>	Estofado de Pollo y Verduras <sup>24g</sup> 

**Especiales del Chef: Cena** Disponibles entre las 4:00 pm y las 7:00 pm. Agregue una ensalada o sopa a cualquier comida.

<b>Domingo</b>	Asado casero de olla 
	servido con papas <sup>23g</sup> y zanahorias
<b>Lunes</b>	Pollo mediterráneo 
	servido con orzo herbado <sup>26g</sup> y calabacín
<b>Martes</b>	Solomillo de cerdo cítrico 
	servido con papas asadas <sup>26g</sup> y brócoli
<b>Miércoles</b>	Ternera Stroganoff <sup>7g</sup>
	servido con arroz blanco <sup>22g</sup> y calabacín
<b>Jueves</b>	Pollo en salsa Pesto <sup>5g</sup> 
	servido con orzo herbado <sup>26g</sup> y coliflor
<b>Viernes</b>	Lasaña de res 35g
	servido con un panecillo <sup>23g</sup> y calabacín
<b>Sábado</b>	Cena de pavo asado con salsa gravy 
	servido con puré de papas y ejotes

## OPCIONES DE BIENESTAR

Disponible entre las 11:00 am y las 7:00 pm

**Salmón Parmesano** 

Salmón al horno cubierto con verduras y queso parmesano.

**Ensalada integral de manzana**<sup>55g</sup> 

Lechuga Romana con Manzana fresca, frutos secos, quinoa, queso feta, nueces y vinagreta de manzana.

*Pollo disponible bajo petición*

# MENÚ DEL DELI Y A LA PARRILLA

Disponible entre las 11:00 am - 7:00 pm

## Desde la parrilla

**Hamburguesa a la plancha:** sobre un bollo de trigo.<sup>38g</sup> Disponible con lechuga, tomate, pepinillo y cebolla roja. También disponible con una pechuga de pollo o una empanadilla de frijoles negros<sup>54g</sup>

**Dip francés:** Carne rostizada servida en un pan con salsa Au Jus.<sup>36g</sup>

**Pastel de carne casero:** un clásico favorito de carne molida con condimentos italianos. Disponible con puré de papas y salsa o un plato de acompañamiento alternativo.

**Quesadilla:** las opciones de relleno incluyen queso rallado, pollo, frijoles negros, cebollas y pimientos en una tortilla.<sup>35g</sup>


Pico de gallo y crema agria disponibles

**Sándwich de queso a la parrilla:** elección con atún, jamón o pavo en el pan de su elección.<sup>45g</sup> Sándwich de queso a la parrilla también disponible<sup>42g</sup>

**Alternativas saludables** 

**Pechuga de pollo a la hierba o salmón a la parrilla:** agregue un plato de acompañamiento de su elección para completar la comida.

## Sándwiches fríos

Los sándwiches están disponibles en mitad o porciones enteras. Pan sin gluten disponible bajo petición. 


**PANES:** Blanco, Trigo, Masa Madre, Centeno o Tortilla<sup>38-48g</sup>

**RELLENOS:**

Pavo	Ensalada de huevo	Cebolla roja
Carne rostizada	Ensalada de atún	Pepinillo
Ensalada de pollo	Tocino	Pepino
	Mantequilla de	Lechuga
	Cacahuete &	Tomate
	Mermelada <sup>27g</sup>	

**QUESO:** Cheddar, Suizo, Pepper Jack, Provolone


**CONDIMENTOS:** Mostaza, Mayonesa, Mostaza de Dijon, Guacamole, Salsa de Arándanos<sup>14g</sup>

**Ensaladas** Todas las ensaladas están también disponibles en porciones medias 

**Ensalada de jardín:** lechuga romana con tomates cherry, pepinos y zanahorias ralladas.<sup>9g</sup>


**Ensalada César de pollo:** César clásico con lechuga romana, pollo a la parrilla, queso parmesano, crutones y aderezo César.<sup>11g</sup>

**Ensalada Chef:** lechuga romana con pavo, jamón, queso rallado, tomate, pepino y huevo duro.<sup>9g</sup>

**Opciones de aderezo:** Vinagreta de manzana<sup>6g</sup>, Ranch, Queso Azul, Thousand Island<sup>6g</sup>, César, Aderezo de Sésamo Asiático<sup>11g</sup>, Aceite y Vinagre 

**Sopas caseras** Agregue un rollo de cena o ensalada

Fideos de pollo<sup>15g</sup>

Tomate Albahaca<sup>18g</sup> 

Crema de Patata<sup>36g</sup>

Caldo de pollo, ternera o verduras 

Sopa del día (varia)

Si tiene preguntas o necesidades entre el servicio de comidas, póngase en contacto con su Embajador marcando el 33300.