

# Menú para niños



Escanee este código para acceder al menú  
en línea o visite: [chsli.org/menu](https://chsli.org/menu)

## Para hacer un pedido, llame a los siguientes números:

Uno de nuestros representantes del centro de atención le ayudará a pedir sus comidas en función de la dieta actual que le haya indicado el equipo de atención médica.

**Para hacer un pedido, llame a DINE (3463).**

### Cuándo puede pedir:

**Desayuno:** Llame antes de las 9 a. m.

**Almuerzo:** Llame antes de las 12:00 p. m.

**Cena:** Llame antes de las 6:00 p. m.

**Todos los pedidos deben hacerse antes de las 6:00 p. m.**



Quando ordene su comida con nuestro personal del centro de atención, proporcione la letra y el número correspondientes a las opciones del menú que elija.

### Cosas que debe tener en cuenta al hacer un pedido:

#### Plan de comida consistente en carbohidratos

Gramos de carbohidratos recomendados **por comida = 45 gramos**, a menos que su médico o nutricionista le indique otra cosa.

#### Saludable para el corazón

♥ Este ícono indica las opciones del menú principal que son más saludables para el corazón.

#### Libre de gluten (GF)

**GF** Este ícono indica las opciones del menú que no contienen gluten o que pueden prepararse sin gluten. Tenga en cuenta que estas opciones del menú se preparan en una cocina que contiene productos con gluten.

**Debido a problemas en la cadena de suministro nacional, es posible que algunos artículos no estén disponibles. Agradecemos su comprensión.**

# Desayuno

Disponible todo el día. Elija un plato principal caliente o frío.

## Platos principales calientes clásicos

- A1- Huevos revueltos ♥ GF**  
**A2- Huevos duros ♥ GF**  
**A3- Panqueques Silver Dollar, simple,**  
42 g de carbohidratos  
**o con:**  
**A4- Banana** 46 g de carbohidratos  
**A5- Compota de mix de frutos rojos**  
50 g de carbohidratos  
**A6- Chispas de chocolate**  
45 g de carbohidratos

*Las medias porciones están disponibles a pedido ♥*

- A7- Palitos de tostada francesa, simples**  
41 g de carbohidratos ♥  
**o con:**  
**A8- Compota de mix de frutos rojos**  
49 g de carbohidratos ♥

*Las medias porciones están disponibles a pedido*



Nota: Comidas kosher disponibles a pedido.

## B1 Sándwich de huevo

Elija el tipo de huevo: ♥ GF

- B2- Entero**      **B3- Claras de huevo**

**Panes (2 rebanadas):**

- B4- Pan de Viena** 33 g de carbohidratos ♥  
**B5- Blanco** 26 g de carbohidratos ♥  
**B6- Blanco** 24 g de carbohidratos ♥ GF  
**B7- Trigo** 26 g de carbohidratos ♥  
**B8- Multicereal** 36 g de carbohidratos ♥  
**B9- Centeno**  
32 g de carbohidratos  
**B10- Wrap blanco**  
45 g de carbohidratos  
**B11- Wrap de trigo**  
43 g de carbohidratos

Elija un tipo de queso: GF

- B12- Americano**      **B18- Americano alpino** ♥  
**B13- Cheddar suave**      **B19- Suizo alpino** ♥  
**B14- Suizo**  
**B15- Cheddar-Jack**  
**B16- Feta**  
**B17- Mozzarella rallada**

Elija hasta tres rellenos: GF

- B20- Tomate** ♥      **B26- Salchicha**  
**B21- Pimiento** ♥      **B27- Salchicha de pavo**  
**B22- Cebolla** ♥      **B28- Jamón**  
**B23- Hongos** ♥      **B29- Pavo**  
**B24- Espinaca** ♥  
**B25- Tocino**

**Más variedades de desayuno en la siguiente página**

# Desayuno

Disponible todo el día. Elija un plato principal caliente o frío.

## Platos principales calientes clásicos

### C1 Omelette

Elija el tipo de huevo: ♥ GF

C2- Entero C3- Claras de huevo

Elija un tipo de queso: GF

C4- Americano C10- Americano  
C5- Cheddar suave alpino ♥  
C6- Suizo C11- Suizo alpino ♥  
C7- Cheddar-Jack  
C8- Feta  
C9- Mozzarella rallada

Elija hasta tres rellenos: GF

C12- Tomate ♥ C18- Salchicha  
C13- Pimiento ♥ C19- Salchicha de pavo  
C14- Cebolla ♥ C20- Jamón  
C15- Hongos ♥ C21- Pavo  
C16- Espinaca ♥  
C17- Tocino

### D Guarniciones calientes GF

D1- Papas fritas caseras  
20 g de carbohidratos ♥

D2- Salchicha  
D3- Tocino

## Platos principales fríos

E1 Açaí Bowl 28 g de carbohidratos ♥ GF

Elija la cobertura:

E2 - Fresa 2 g de carbohidratos GF  
E3: Arándano 2 g de carbohidratos GF  
E4- Banana 14 g de carbohidratos GF  
E5- Coco rallado 6 g de carbohidratos GF  
E6- Granola casera 14 g de carbohidratos  
E7- Mantequilla de maní 2 g de carbohidratos GF  
E8 - Hilos de miel 6 g de carbohidratos GF

### F1 Pudín de mango y semillas de chía:

Cubierto con mangos, almendras y coco triturado  
20 g de carbohidratos ♥ GF

### F2 Queso cottage y ensalada de frutas

17 g de carbohidratos ♥ GF

### F3 Queso cottage y bandeja de duraznos

20 g de carbohidratos ♥ GF

Cuando ordene su comida con nuestro personal del centro de atención, proporcione la letra y el número correspondientes a las opciones del menú que elija.

## **G Fruta y yogur**

- G1- Parfait de yogur con mix de frutos rojos:**  
Yogur griego natural, compota de mix de frutos rojos, granola casera  
29 g de carbohidratos ♥
- G2- Fruta fresca, manzana** 25 g de carbohidratos **GF**
- G3- Fruta fresca, naranja** 15 g de carbohidratos **GF**
- G4- Fruta fresca, banana** 23 g de carbohidratos **GF**
- G5- Vaso de frutas, ensalada de frutas**  
11 g de carbohidratos **GF**
- G6- Vaso de frutas, fruta tropical mixta**  
15 g de carbohidratos **GF**
- G7- Taza de frutas, duraznos en cubos**  
14 g de carbohidratos **GF**
- G8- Compota de manzana** 12 g de carbohidratos **GF**
- G9- Yogur, natural** 10 g de carbohidratos **GF**
- G10- Yogur, vainilla** 19 g de carbohidratos **GF**
- G11- Yogur, arándano** 19 g de carbohidratos **GF**
- G12- Yogur, durazno** 19 g de carbohidratos **GF**
- G13- Yogur, fresa-banana**  
19 g de carbohidratos **GF**
- G14- Queso cottage** 6 g de carbohidratos **GF**

## **H Panes, pastelería y granos**

- H1- Mini bagel, simple**  
26 g de carbohidratos
- H2- Mini bagel, simple**  
40 g de carbohidratos **GF**
- H3- Mini bagel, sésamo**  
25 g de carbohidratos
- H4- Mini muffin, arándano**  
23 g de carbohidratos
- H5- Mini muffin, maíz**  
27 g de carbohidratos
- H6- Muffin de arándano**  
36 g de carbohidratos **GF**

## **Pan (1 rebanada):**

- H7- Pan de Viena** 33 g de carbohidratos
- H8- Blanco** 13 g de carbohidratos
- H9- Blanco** 12 g de carbohidratos **GF**
- H10- Trigo** 13 g de carbohidratos
- H11- Multicereal** 18 g de carbohidratos
- H12- Centeno** 16 g de carbohidratos
- H13- Wrap blanco** 45 g de carbohidratos
- H14- Wrap de trigo** 43 g de carbohidratos
- H15- Panecillo** 21 g de carbohidratos

## **Cereal caliente: ♥**

- H16- Avena** 14 g de carbohidratos
- H17- Crema de trigo** 18 g de carbohidratos

## **Elección de coberturas:**

- H18- Granola casera** 14 g de carbohidratos
- H19- Pasas de uva** 16 g de carbohidratos
- H20- Canela**
- H21- Azúcar moreno** 24 g de carbohidratos

## **Cereal frío: ♥**

- H22- Cheerios** 14 g de carbohidratos **GF**
- H23- Corn Flakes** 18 g de carbohidratos
- H24- Raisin Bran** 28 g de carbohidratos
- H25- All Bran** 39 g de carbohidratos
- H26- Rice Chex** 24 g de carbohidratos **GF**



Nota: Comidas kosher disponibles a pedido.

# Almuerzo y cena

## J Caldos y sopas

J1- Caldo de pollo **GF**

J2- Caldo de verduras **GF**

J3- Caldo de carne **GF**

J4- Sopa crema de verduras  
8 g de carbohidratos **GF**

J5- Sopa de fideos y pollo  
12 g de carbohidratos

Soup du' Jour: ♥

J6- Domingo: Sopa de guisantes  
partidos con menta  
25 g de carbohidratos **GF**

J7- Lunes: Sopa de zanahoria con jengibre  
11 g de carbohidratos **GF**

J8- Martes: Orzo y pollo al limón  
9 g de carbohidratos

J9- Miércoles: Bisque de tomate  
7 g de carbohidratos **GF**

J10- Jueves: Sopa de maíz  
16 g de carbohidratos **GF**

J11- Viernes: Minestrone  
17 g de carbohidratos **GF**

J12- Sábado: Sopa de brócoli con cheddar  
7 g de carbohidratos **GF**

## K Aperitivos

K1- Tomate y mozzarella fresca  
6 g de carbohidratos **GF**

K2- Hummus de pimiento rojo asado y  
verduras 15 g de carbohidratos **GF**

## L Ensaladas para guarnición

L1- Ensalada César: Crutones, queso  
parmesano 7 g de carbohidratos ♥ **GF**

L2- Ensalada verde: Pepinos, tomates,  
zanahorias ralladas  
5 g de carbohidratos ♥ **GF**

## M Ensaladas como plato principal

M1- Ensalada César: Crutones, queso  
parmesano 15 g de carbohidratos ♥ **GF**

M2- Ensalada verde: Pepinos, tomates,  
zanahorias ralladas 10 g de carbohidratos ♥ **GF**

Disponible solo como ensalada como plato  
principal

M3- Ensalada mediterránea: Hojas verdes,  
farro, pepinos, tomates, aceitunas  
negras, cebollas moradas, queso feta  
30 g de carbohidratos

Ensalada como plato principal. Elegir  
hasta una proteína: **GF**

M4- Pollo grillé ♥

M5- Salmón ♥

M6- Camarones

M7- Pavo ♥

M8- Jamón

M9- Carne de res asada

M10- Ensalada de  
atún ♥

M11- Ensalada de  
pollo ♥

M12- Ensalada de  
huevos

*Las medias porciones están disponibles para opciones  
indicadas como saludables para el corazón. ♥*

Elija un aderezo: **GF**

M13- Aderezo de yogur griego casero  
5 g de carbohidratos ♥

M14- Aderezo César casero 3 g de carbohidratos ♥

M15- Aderezo italiano Golden 1 g de carbohidratos

M16- Aderezo italiano ligero 4 g de carbohidratos ♥

M17- Aderezo ranchero 1 g de carbohidratos

M18- Aderezo ranchero ligero  
4 g de carbohidratos ♥

M19- Aceite y vinagre 3 g de carbohidratos



Cuando ordene su comida con nuestro personal del centro de atención, proporcione la letra y el número correspondientes a las opciones del menú que elija.

## N1 Tabla de charcutería

### Elección de pan (2 rebanadas):

- |  |  |
|--|--|
| <b>N2-</b> Pan de Viena 33 g de carbohidratos ♥      | <b>N6-</b> Multicereal 36 g de carbohidratos ♥ |
| <b>N3-</b> Blanco 26 g de carbohidratos ♥            | <b>N7-</b> Centeno 32 g de carbohidratos       |
| <b>N4 -</b> Blanco 24 g de carbohidratos ♥ <b>GF</b> | <b>N8-</b> Wrap blanco 45 g de carbohidratos   |
| <b>N5-</b> Trigo 26 g de carbohidratos ♥             | <b>N9-</b> Wrap de trigo 43 g de carbohidratos |

### Elección de proteína o ensalada: **GF**

- |                                |                                 |
|--------------------------------|---------------------------------|
| <b>N10-</b> Pavo ♥             | <b>N14-</b> Ensalada de atún ♥  |
| <b>N11-</b> Jamón              | <b>N15-</b> Ensalada de pollo ♥ |
| <b>N12-</b> Carne de res asada | <b>N16-</b> Ensalada de huevos  |
| <b>N13-</b> Pollo grillé ♥     |                                 |

*Las medias porciones están disponibles para opciones indicadas como saludables para el corazón. ♥*

### Elección de queso: **GF**

- |                                 |                                |
|---------------------------------|--------------------------------|
| <b>N17-</b> Americano           | <b>N21-</b> Americano alpino ♥ |
| <b>N18-</b> Cheddar suave       | <b>N22-</b> Suizo alpino ♥     |
| <b>N19-</b> Suizo               |                                |
| <b>N20-</b> Mozzarella fresca ♥ |                                |

### Elección de coberturas: **GF**

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| <b>N23-</b> Tocino    | <b>N26-</b> Cebolla ♥ |
| <b>N24-</b> Lechuga ♥ | <b>N27-</b> Pepinillo |
| <b>N25-</b> Tomate ♥  |                       |

### N28- Sándwich de mantequilla de maní y jalea

48 g de carbohidratos. ♥ **GF**  
El contenido de carbohidratos y sodio puede variar según la elección de pan.

## P1 Barra de queso asado

### Elección de pan (2 rebanadas):

- |  |  |
|--|--|
| <b>P2-</b> Blanco 26 g de carbohidratos ♥            | <b>P5-</b> Multicereal 36 g de carbohidratos ♥ |
| <b>P3 -</b> Blanco 24 g de carbohidratos ♥ <b>GF</b> | <b>P6-</b> Centeno 32 g de carbohidratos       |
| <b>P4-</b> Trigo 26 g de carbohidratos ♥             |  |

### Elección de queso: **GF**

- |                          |                                |
|--------------------------|--------------------------------|
| <b>P7-</b> Americano     | <b>P10-</b> Americano alpino ♥ |
| <b>P8-</b> Cheddar suave |                                |
| <b>P9-</b> Suizo         | <b>P11-</b> Suizo alpino ♥     |

### Elección de coberturas: **GF**

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>P12-</b> Tocino   | <b>P14-</b> Pepinillo |
| <b>P13-</b> Tomate ♥ |                       |

Más variedades de almuerzo y cena en la siguiente página



Nota: Comidas kosher disponibles a pedido.

# Almuerzo y cena

## Q Hamburguesas

### Elección de pan (2 rebanadas):

- |  |  |
|--|--|
| Q1- Pan de hamburguesa 23 g de carbohidratos ♥ | Q4- Blanco 24 g de carbohidratos ♥ <b>GF</b> |
| Q2- Pan de Viena 33 g de carbohidratos ♥       | Q5- Trigo 26 g de carbohidratos ♥            |
| Q3- Blanco 26 g de carbohidratos ♥             | Q6- Multicereal 36 g de carbohidratos ♥      |
|  | Q7- Centeno 32 g de carbohidratos            |

### Elección de hamburguesa:

- |  |   |
|--|---|
| Q8- Carne <b>GF</b>                    | Q11- Hongos portobello asados ♥ <b>GF</b> |
| Q9- Turquía ♥ <b>GF</b>                |   |
| Q10- Vegetales 21 g de carbohidratos ♥ |   |

### Elección de queso: **GF**

- |                          |                         |
|--------------------------|-------------------------|
| Q12- Americano           | Q16- Americano alpino ♥ |
| Q13- Cheddar suave       |                         |
| Q14- Suizo               | Q17- Suizo alpino ♥     |
| Q15- Mozzarella fresca ♥ |                         |

### Elección de coberturas: **GF**

- |                |                               |
|----------------|-------------------------------|
| Q18- Tocino    | Q22- Pepinillo                |
| Q19- Lechuga ♥ | Q23- Pimientos rojos asados ♥ |
| Q20- Tomate ♥  | Q24- Pesto de albahaca ♥      |
| Q21- Cebolla ♥ |                               |



## R Quesadillas, paninis y pizzas

- R1- **Quesadilla de queso**  
28 g de carbohidratos
- R2- **Quesadilla de pollo:** Pollo grillé marinado, queso Cheddar-Jack rallado, pimientos, cebollas 30 g de carbohidratos
- R3- **Quesadilla de pollo con pico de gallo casero:** Pollo grillé marinado, queso Cheddar-Jack rallado, pimientos, cebollas 33 g de carbohidratos
- R4- **Panini de pollo y queso**  
43 g de carbohidratos
- R5- **Panini caprese:** Mozzarella fresca, tomate, pesto de albahaca, glaseado balsámico 54 g de carbohidratos
- R6- **Pizza margarita clásica, masa tradicional:** Salsa de tomate casera, mozzarella rallada, albahaca fresca 64 g de carbohidratos

## S Alimentos salteados

Brócoli, pimientos, calabacín, calabaza, zanahorias y cebollas ♥

- S1- **Agregar arroz blanco**  
34 g de carbohidratos ♥
- S2- **Agregar arroz integral**  
36 g de carbohidratos ♥
- S3- **Sin arroz** 17 g de carbohidratos ♥
- S4- **Agregar pollo** ♥
- S5- **Agregar salmón** ♥
- S6- **Agregar camarones**



Cuando ordene su comida con nuestro personal del centro de atención, proporcione la letra y el número correspondientes a las opciones del menú que elija.



## T Platos principales calientes

- T1- Pavo en rodajas 2 g de carbohidratos ♥ GF
- T2- Pastel de carne 18 g de carbohidratos ♥
- T3- Bastones de pollo 22 g de carbohidratos
- T4- Arroz con pollo Pollo marinado  
sofrito con arroz y frijoles  
45 g de carbohidratos ♥ GF
- T5- Arroz y Frijoles 61 g de carbohidratos ♥ GF
- T6- Pollo asado marinado ♥ GF
- T7- Pollo grillé marinado ♥ GF
- T8- Palitos de pescado 17 g de carbohidratos ♥
- T9- Salmón horneado ♥ GF
- T10- Lenguado a la parrilla ♥ GF

## U Pasta

- U1- Macarrones caseros y queso  
con cobertura de migas de pan  
tostadas 68 g de carbohidratos
- U2- Macarrones caseros y queso sin  
cobertura 45 g de carbohidratos
- U3- Penne pasta con mantequilla y  
parmesano 54 g de carbohidratos GF
- U4- Penne pasta con mantequilla,  
parmesano y pollo grillé  
54 g de carbohidratos GF
- U5- Penne pasta con mantequilla,  
parmesano y camarones grillados  
54 g de carbohidratos GF
- U6- Penne pasta a la marinara  
47 g de carbohidratos ♥ GF
- U7- Penne pasta a la marinara con  
pollo grillé 47 g de carbohidratos ♥ GF
- U8- Penne pasta a la marinara con  
camarones 47 g de carbohidratos ♥ GF
- U9- Penne pasta al vodka  
(sin alcohol ni carne) 45 g de carbohidratos GF
- U10- Penne pasta al vodka con pollo grillé  
(sin alcohol ni carne)  
45 g de carbohidratos GF
- U11- Penne pasta al vodka con  
camarones grillados (sin alcohol ni carne)  
45 g de carbohidratos GF
- U12- Penne pasta a la boloñesa  
44 g de carbohidratos ♥ GF

*El contenido de carbohidratos puede variar si se selecciona pasta sin gluten.*

Nota: Comidas kosher disponibles a pedido.

# Almuerzo y cena



## V Guarniciones

- V1 - Coliflor asada**  
1 g de carbohidrato **GF**
- V2 - Brócoli vaporizado**  
3 g de carbohidratos **GF**
- V3 - Zanahorias bebé al vapor**  
10 g de carbohidratos **GF**
- V4 - Frijoles verdes al vapor**  
6 g de carbohidratos **GF**
- V5- Puré de papas** 20 g de carbohidratos **GF**
- V6- Puré de batatas** 22 g de carbohidratos **GF**
- V7- Arroz integral** 16 g de carbohidratos **GF**
- V8- Arroz blanco** 14 g de carbohidratos **GF**
- V9- Arroz y Frijoles** 25 g de carbohidratos **GF**
- V10- Rellenos** 25 g de carbohidratos
- V11- Croquetas de papas** 17 g de carbohidratos **GF**
- V12- Macarrones y queso**  
23 g de carbohidratos
- V13- Penne con salsa**  
30 g de carbohidratos **GF**
- V14- Penne pasta al vodka**  
(sin alcohol ni carne)  
29 g de carbohidratos **GF**
- V15 - Mezcla de verduras salteadas**  
17 g de carbohidratos

# Postres

- W1- Durazno Melba** Natillas de vainilla, duraznos grillados, salsa de frambuesa  
32 g de carbohidratos **GF**
- W2- Tarta crumble** 95 g de carbohidratos
- W3- Pastel de ángel** 29 g de carbohidratos
- W4- Bizcochuelo** 26 g de carbohidratos
- W5- Galletitas con chispas de chocolate**  
24 g de carbohidratos
- W6- Galletitas Lorna Doone** 19 g de carbohidratos
- W7- Galletitas Oreo paquete de 2**  
16 g de carbohidratos
- W8- Galletas Graham** 11 g de carbohidratos
- W9- Papas fritas** 8 g de carbohidratos **GF**
- W10- Pretzel suave horneado** 74 g carbohidratos
- W11- Helado de vainilla** 18 g de carbohidratos **GF**
- W12- Helado de chocolate** 18 g de carbohidratos **GF**
- W13- Sorbete de naranja** 30 g de carbohidratos **GF**
- W14- Helado de fruta, limón**  
27 g de carbohidratos **GF**
- W15- Helado de fruta, naranja**  
27 g de carbohidratos **GF**
- W16- Helado de fruta, limón dietético**  
10 g de carbohidratos **GF**
- W17- Budín de vainilla** 22 g de carbohidratos **GF**
- W18- Budín de chocolate** 24 g de carbohidratos **GF**
- W19- Budín de arroz** 21 g de carbohidratos **GF**
- W20- Budín dietético de vainilla**  
13 g de carbohidratos **GF**
- W21- Budín dietético de chocolate**  
13 g de carbohidratos **GF**
- W22- Budín dietético de arroz**  
14 g de carbohidratos **GF**
- W23- Gelatina de naranja** 21 g de carbohidratos **GF**
- W24- Gelatina de fresa** 23 g de carbohidratos **GF**
- W25- Gelatina dietética de naranja**  
2 g de carbohidratos **GF**
- W26- Gelatina dietética de fresa** **GF**  
2 g de carbohidratos

Cuando ordene su comida con nuestro personal del centro de atención, proporcione la letra y el número correspondientes a las opciones del menú que elija.

## Bebidas

### X Bebidas calientes GF

#### X1- Chocolate caliente

15 g de carbohidratos

#### X2- Chocolate caliente dietético

11 g de carbohidratos

### Y Bebidas frías GF

#### Y1- Jugó de naranja 13 g de carbohidratos

#### Y2- Jugó de manzana 14 g de carbohidratos

#### Y3- Jugó de arándano 20 g de carbohidratos

#### Y4- Jugó de vegetales 6 g de carbohidratos

#### Y5- Jugó de arándano dietético

1 g de carbohidratos

#### Y6- Leche entera (8 oz) 13 g de carbohidratos

#### Y7- Leche descremada (4 oz)

6 g de carbohidratos

#### Y8- Leche baja en grasas (4 oz)

7 g de carbohidratos

#### Y9- Sin lactosa (8 oz) 13 g de carbohidratos

#### Y10- Leche de soja (8 oz) 18 g de carbohidratos

#### Y11- Gaseosa de jengibre 19 g de carbohidratos

#### Y12- Gaseosa cola 26 g de carbohidratos

#### Y13- Gaseosa de jengibre dietética

#### Y14- Gaseosa cola dietética

#### Y15- Agua carbonatada

#### Y16- Té helado sin teína y sin azúcar

#### Y17- Agua envasada

## Condimentos GF

#### Z1- Salsa barbacoa 10 g de carbohidratos

#### Z2- Azúcar moreno 24 g de carbohidratos

#### Z3- Canela

#### Z4- Miel 7 g de carbohidratos

#### Z5- Mostaza con miel 6 g de carbohidratos

#### Z6- Salsa picante

#### Z7- Queso parmesano rallado

#### Z8- Jalea 9 g de carbohidratos

#### Z9- Jalea dietética 3 g de carbohidratos

#### Z10- Kétchup 3 g de carbohidratos

#### Z11- Limón

#### Z12- Queso crema light 2 g de carbohidratos

#### Z13- Margarina

#### Z14- Mantequilla

#### Z15- Mayonesa

#### Z16- Mayonesa light 1 g de carbohidratos

#### Z17- Mrs. Dash

#### Z18- Mostaza 1 g de carbohidratos

#### Z19- Crema no láctea 1 g de carbohidratos

#### Z20- Mantequilla de maní 5 g de carbohidratos

#### Z21- Pimienta

#### Z22- Pasas de uva 16 g de carbohidratos

#### Z23- Sal

#### Z24- Crema agria 2 g de carbohidratos

#### Z25- Azúcar 3 g de carbohidratos

#### Z26- Splenda

#### Z27- Estevia

#### Z28- Jarabe 31 g de carbohidratos

#### Z29- Jarabe dietético 4 g de carbohidratos

#### Z30- Salsa tártara 1 g de carbohidratos

## Catholic Health ha recibido el Premio al Logro de la Excelencia Culinaria de la ACFLI

Esta distinción reconoce el compromiso con la excelencia en el servicio de alimentos.



### Una oración antes de comer

Dios misericordioso,

gracias por esta comida nutritiva y por la oportunidad de ofrecerte palabras de gratitud por tu presencia sanadora en mi vida. Ofrezco una oración especial por aquellos que pasarán hambre este día. Que reciban tu paz y consuelo.

Concédeme, Señor, tu sanación en cuerpo, mente y espíritu, y la gracia para disfrutar de tu piadoso amor.

Pedimos esto en tu santo nombre.

Amén.