

ALMUERZO Y CENA DISPONIBLES DE 11:00 A. M. – 6:30 P. M.

ENTRADAS

Las entradas calientes se sirven con su opción de ejotes, zanahorias cambray enteras o brócoli.

Plato de corte fino de chuleta de cerdo marinada

Fina chuleta de cerdo aderezada con piña, romero y glaseado de tomillo servida con puré de papa y puré de manzana.

Plato de champiñones Portobello a la parrilla

Champiñones Portobello a la parrilla con un glaseado balsámico servido con pilaf de quinua

Plato de pollo a la parrilla con salsa de Dijon

Pechuga de pollo a la parrilla rociada con cremosa salsa de mostaza Dijon y servida con una papa al horno

Plato de pasta penne de trigo integral con verduras a la parrilla

Pasta penne de trigo integral con calabaza de verano, berenjena, calabacín y pimiento morrón rojo sazonados con ajo y aceite

Plato de salmón a las finas hierbas

Salmón asado en horno sazonado con limón, mantequilla y finas hierbas servido con arroz integral

Pasta penne a la marinara

Pasta penne con salsa marinara servida con ejotes

Plato de frijoles negros y arroz

Frijoles vegetarianos sazonados servidos sobre arroz

ACOMPAÑAMIENTOS A LA CARTA

Puré de papa	Arroz integral	Panecillo
Camote horneado	Papitas "fritas" horneadas*	Brócoli
Pilaf de quinua	Pan Naan	Ejotes
Arroz al vapor	Pan vienés	Zanahorias cambray enteras

Pregunte sobre nuestros especiales del día.

DELICIOSAMENTE DULCES

Brownie de caramelo con sal en una base de Pretzel **

Pay de queso marmoleado de fresa en una base de chocolate **

Galletas con chispas de chocolate** • Pay de manzana** • Arroz con leche**

Gelatina de naranja** • Helado de agua de mango**

Pastel esponjoso • Helado de crema**-chocolate o vainilla • Pudín**-chocolate o vainilla

SIN AZÚCAR AGREGADA

Pay de queso • Pastel de crema de chocolate • Natilla de limón • Helado de crema—chocolate o vainilla

Pudín—chocolate o vainilla • Helado de agua de limón • Gelatina de fresa



Bedside Bistro

Menú

Para pedir su comida, marque 6MEAL (66325) o 732-321-7000 ext. 66325 de 6:30 a. m. a 6:30 p. m. Espere 45 minutos para la entrega de su comida.

No dude en preguntar por nuestros otros menús:
Almuerzo del día / Especiales de cena • Renal Vegetariano • Halal • Sin gluten • Kosher

CONTAMOS CON CHAROLAS PARA VISITAS

Las visitas pueden pedir una charola para visitas. Por solo \$6.00 por persona (pago solo con tarjeta de crédito), pida una entrada, dos acompañamientos, una bebida y un postre. Para hacer su pedido marque 6MEAL (66325).

CONSEJO DE SEGURIDAD

Si tiene diabetes o está tomando medicamentos para controlar el azúcar en la sangre, dígaselo a su enfermera cuando pida sus comidas.

 **JFK Medical Center**

Exceptional Care. Exceptional People.

Comience su día con un
desayuno saludable



CON GUSTO CUMPLIREMOS LOS
PEDIDOS ESPECIALES CONFORME A
NUESTRAS POSIBILIDADES.

INGREDIENTES ADICIONALES

Pida todos los ingredientes
adicionales que desee.

Sal* • Pimienta • Mrs. Dash

Azúcar** • Splenda • Equal

Sweet-n-Low

Crema para café "Half & Half"

Limón fresco • Miel**

Mermelada de uva • Mermelada de fresa

Queso crema • Queso parmesano*

Mantequilla* • Margarina

Cátsup* • Mostaza*

Mostaza con miel* • Mayonesa

Salsa de carne • Salsa de pollo

Salsa Tabasco®

Aderezos para ensalada: francés,

italiano, aceite y vinagre, Ranch*,

César*, vinagreta de frambuesa*,

mostaza con miel*

BEBIDAS

Café • Té

Limonada** 8 oz.

Leche descremada 4 oz.

Leche al 2 % de grasa 4 oz.

Leche entera 4 oz.

Leche de chocolate 8 oz.

Jugo 4 oz.: manzana • naranja

ciruela pasa

Cóctel de jugo de arándano** 4 oz.

Botella de agua • Gaseosa

YOGUR Y QUESO COTTAGE

Yogur con fruta** • Yogur light

Yogur natural • Yogur de vainilla

Yogur griego • Queso Cottage

FRUTA

Manzana fresca • Plátano fresco

Naranja fresca • Cóctel de frutas

Puré de manzana

Duraznos en cubitos

Plato pequeño de fruta fresca

PANES

Bagel • Panecillo inglés

Bollo de mora azul

Bollo de manzana y canela

Pan tostado (blanco, integral,
centeno)

LEYENDA DEL MENÚ

** ALTO EN AZÚCARES SIMPLES. EVITAR EN DIETAS PARA DIABÉTICOS. LAS OPCIONES PARA
DIABÉTICOS SE PUEDEN CONSUMIR CON MODERACIÓN Y PUEDEN CONTENER AZÚCAR.

* ALTO EN SODIO. EVITAR EN DIETAS BAJAS EN SODIO.

CEREALES

Avena

(pruébela con azúcar morena**,
manzana en cubitos, canela o pasas)

Crema de arroz • Raisin Bran

Corn Flakes • Rice Krispies

Cheerios

ENTRADAS DE DESAYUNO

Diseñe su propio omelet

Omelet de dos huevos: con su
opción de queso americano o suizo,
pimiento morrón verde, cebolla o
tomate

Huevos revueltos

Dos huevos grandes revueltos

Panqueques de suero de leche

Dos panqueques esponjosos con
jarabe para panqueques

Pan francés con canela

Una rebanada gruesa de pan
sumergida en huevo batido
condimentado con canela, vainilla y
nuez moscada

ACOMPAÑAMIENTO

Tocino*

Salchicha de pavo

Papas doradas al horno

ALMUERZO Y CENA DISPONIBLES DE 11:00 A. M. A 6:30 P. M.

PLATOS FRÍOS Y ENSALADAS

Ensalada del chef

Rebanadas de pavo y de carne asada
sobre crujiente lechuga con
zanahoria rallada, queso americano
en rebanadas, huevo duro,
tomate cherry, pimiento morrón rojo,
pepino y cebolla roja

Ensalada César con pollo a la
parrilla

Tierno pollo a la parrilla sobre
lechuga romana con crutones*, queso
parmesano* y aderezo César* arriba.

Hamburguesa de queso clásica

Carne de hamburguesa a la parrilla con
queso americano derretido servido
sobre un pan con lechuga, tomate
y cátsup

Panini de carne asada

Panini caliente de carne asada con
tomate y queso americano en pan de
centeno

Verduras a la parrilla y hummus

Hummus cremoso con calabaza de
verano, calabacín, berenjena y
pimiento morrón rojo a la parrilla
sazonados con ajo y aceite en un
panecillo

Queso a la parrilla

Queso Americano derretido sobre una
rebanada de pan untado ligeramente
con mantequilla a la parrilla

Verduras calientes picadas

Calabaza de verano, calabacín,
berenjena y pimiento morrón rojo a la
parrilla con salsa marinara y queso
mozzarella en un pan vienés (puede ser
vegano sin el queso)

Plato de fruta y yogur

Yogur natural y melón

Plato de frutas y queso cottage

Queso cottage y melón

Plato de hummus y pan pita

Pan pita ligeramente tostado con
hummus cremoso, lechuga, tomate y
apio

Ensalada de hojas verdes

Ensalada pequeña hecha con hojas
verdes mixtas, pepinos en rodajas y
tomate cherry

SÁNDWICHES



Con mucho orgullo,
servimos carnes
de calidad superior

Sándwich de pavo

Carnes frías de pavo con su opción de
queso americano o suizo, lechuga,
tomate, cebolla o pepino sobre pan
blanco, vienés, de trigo o de centeno

Tortita vegetariana de col rizada

Tortita de verduras con una mezcla de
col rizada, quinoa, arroz integral,
cebolla, zanahoria, espinaca, camote,
maíz tostado, pimiento morrón rojo,
castaña de agua, calabacín, brócoli y
ajo asado servido en un pan

Sándwich de ensalada de atún

Ensalada de atún con su opción de
lechuga, tomate, cebolla o pepino sobre
pan blanco, vienés, de trigo o
de centeno

Sándwich de pollo a la parrilla

Pechuga de pollo a la parrilla con su
opción de lechuga, tomate o cebolla
servido sobre pan vienés



SOPA

Lentejas • Pollo con fideos

Tomate

Ensalada de verduras a la parrilla
y mozzarella

Verduras condimentadas a la parrilla y
queso mozzarella sobre una cama de
hojas verdes mixtas con glaseado
balsámico

Ensalada de frijoles estilo
suroeste

Mezcla vegana de frijol negro,
chícharo, garbanzo, maíz tostado,
cebolla roja, pimiento morrón verde y
rojo y tomate en cubitos sazonados con
cilantro, chile en polvo y aceite de oliva
con vinagre de sidra de manzana

Sándwich de ensalada de huevo

Ensalada de huevo con su opción de
lechuga, tomate, cebolla o pepino
servido sobre pan blanco, vienés,
de trigo o de centeno

Sándwich de ensalada de pollo

Ensalada de pollo con su opción de
lechuga, tomate, cebolla o pepino
servido en pan blanco, vienés,
de trigo o de centeno

Sándwich de carne asada

Carne asada con su opción de queso
americano o suizo, lechuga, tomate,
cebolla y pepino sobre pan blanco,
vienés, de trigo o de centeno

Mantequilla de cacahuete y
mermelada*

Mantequilla de cacahuete con su
opción de mermelada de uva o de fresa
sobre pan blanco, de trigo o de centeno

Sándwich de champiñones
Portobello

Champiñones Portobello a la parrilla
con glaseado balsámico servido en un
pan vienés