

# LUNES

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (1/2 taza) Fruta  
 (1 trozo) Pan  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Fricase de Pollo  
 (1/2 t) Arroz  
 (1/2 taza) Maduros  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 t) Natilla de Vainilla

Sub: saute pavo

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Tuna con  
 (1/2 t) Papa hervida  
 (1/2 ) Huevo hervido  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche

(1) Coquito

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# MARTES

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (4oz) Yogurt de Frutas  
 (1) Tostada  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Costillas  
 (1/2 taza) Arroz  
 (1/2 taza) Tostones  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 taza) Flan

Sub: Lasaña de Carne

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Croquetas  
 (1/2 taza) Ensalada Fria  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche

(1/2 taza) Coctel de Fruta

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# MIERCOLES

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (1) Huevo hervido  
 (1) Tostada  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Pavo Asado  
 (1/2 taza) Pure de papa  
 (1/2 taza) Habichuelas  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 t) Gelatina de Frutas

Sub: Ensalada de Atun

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

Ajiaco Cubano con:  
 (3oz) Ensala de huevo con  
 galleticas saladas  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche

(1 trozo) Masa real

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# JUEVES

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (4oz) Pasteles  
 (1) Tostada  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Picadillo  
 (1/2 taza) Arroz Blanco  
 (1/2 taza) Maduros  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 taza) Helado

Sub: Ensalada de Pollo

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Pan con Lechon  
 (1/2 taza) Papitas  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche

(1/2 taza) Peras

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# VIERNES

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (4oz) Yogurt de Frutas  
 (1) Tostada  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Enchilado de Pescado  
 (1/2 taza) Arroz Pilaf  
 (1/2 t) Boniato Frito  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 taza)

Fruta Bomba con Queso

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Carnes Surtidas  
 (1/2 taza) Viandas  
 (1/2 taza) Vegetales  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 1-pan cubano

(8oz) Leche

(1) Torticas

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# SABADO

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (1/2 taza) Fruta  
 (1 trozo) Pan Cubano  
 (1 cu) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3 oz) Lasagna de Veg  
 (1/2 taza) Vegetales  
 1 tostada  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 t) Natilla de Tapioca

Sub: Ensalada de Atun

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Pollo Relleno con  
 Jamon y Queso  
 (1/2 taza) Pure de Papa  
 (1/2 taza) Vegetales  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche  
 (1/2 taza) Coctel de Fruta

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.

# DOMINGO

## DESAYUNO

(4oz) Jugo  
 (1/2 t) Cereal Seco/Cocido  
 (1) Huevo Revuelto / Veg  
 (1) Tostada  
 (1 cu) Margarina /Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3 oz) Cerdo Guizado  
 (1/2 taza) Arroz Blanco  
 (1/2 taza) Yuca / Mojo  
 (1t) Ensalada/Aderezo  
 (1/2 taza) Helado

Sub: Croqueta de Pescado

Café Cubano es servido con el  
 almuerzo para aquellos residentes  
 que lo deseen

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz t) Albondigas  
 (1/2 taza) Arroz  
 (1/2) Vegetales  
 (1 t) Ensalada /Aderezo

(8oz) Leche

(1/2 taza) Fruta

(1/2 taza) Pina/Melon

## MERIENDA (4oz) de jugo de frutas y (2) galletas

Menu es MCP amistoso y adaptable dependiendo preferencia del residente.  
 Pueden a la hora de la cena de la lista de subtituto

**\*Substituto diario para la cena mirar menú de sustituciones**

**\*Carbohidrato de la cena será sustituido tres veces a la semana por vegetales en el Programa de Cuidado de Memoria**

**\*La Sopa del día se anunciará en el comedor**

**Pollo Asado con Hueso será sustituido por Deditos de Pollo y Masas de Puerco por otra Carne Suave en el Programa de Cuidado de Memoria**

**Nota:** 1 taza de Café, té o Agua es servida en cada comida.

**Para Diabéticos:** Siga las medidas de porciones. Use leche descremada. Use sustitutos de azúcar, bebidas dietéticas, jugos sin azúcar y fruta en su propio jugo.

**Dietas baja en sal:** Omite la sal y sustituye las carnes saladas con otra carne asada. No use sopas enlatadas y galletas saladas.

**Dietas baja en Grasa y Colesterol:** Usar leche descremada, Carnes baja en grasa, asadas, o hervidas. Use mayonesa y margarinas Light y postres bajos en grasa o fruta.