

# LUNES

## DESAYUNO

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

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Pescado al Limon  
 (1/2 taza) Arroz  
 (1/2 taza) Boniato  
 (1 t) Ensalada/ Aderezo  
 (1/2 taza) Natilla de Tapioca

Sub: Lasaña de Carne

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Picadillo Res  
 (1/2 taza) Pure de Papa  
 (1/2 taza) Vegetales  
 (1 taza) Ensalada/ Aderezo

(8oz) Leche

(1/2 taza) Frutas

## 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 t) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(1/2 taza) Arroz Fritocon  
 (3oz) Carnes Surtidas  
 y Frijolitos Chinos  
 (1 taza) Ensalada/ Aderezo  
 (2) Rollitos Chinos  
 (1 trozo) Cake de Fresa

Sub:Chicken Sand

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Ensalada de Huevo  
 (6) Galletas de Soda  
 (1 taza) Lechuga y Tomate

(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  
 (2) Huevo hervido  
 (1) Tostada  
 (1 t) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Cerdo Guizado  
 (1/2 taza) Arroz Blanco  
 (1/2 taza) Yuca Frita  
 (1 t) Ensalada / Aderezo  
 (1/2 taza) Gelatina de Frutas

Sub: Yuca

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Ensalada de Pollo  
 (6) Galletas de Soda  
 (1 taza) Lechuga y Tomate

(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 t) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Meat Loaf  
 (1/2 taza) Pure e papa  
 (1/2 taza) Vegetales  
 (1 t) Ensalada/ Aderezo  
 (1/2 taza) Helado

Sub: Bistec de Salisbury

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Perros Caliente con (1)  
 Panecillo  
 (1/2 taza) Papitas  
 (1 taza) Ensalada / Aderezo

(8oz) Leche

(1/2 taza) Melocotones

## 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  
 (1) Yogurt de Frutas  
 (1) Tostada  
 (1 t) Margarina /Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(6oz) Deditos de Pollo  
 (1/2 taza) Arroz y  
 (1/2 taza) Frijoles  
 (1 t) Ensalada / Aderezo  
 (1/2 t) Natilla de Chocolate

Sub: Coles Rellenas

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 taza) Ensalada / Aderezo

(8oz) Leche

(3) Galletitas Dulces

## 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 t) Margarina / Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Masa de Cerdo  
 (1/2 t) Tamal en Cazuela  
 (1/2 taza) Maduros  
 (1 t) Ensalada / Aderezo  
 (1/2 taza) Natilla de Platano

Sub: Papa Rellena

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (3oz) Arroz con Salchichas  
 1/2 Vegetales  
 (1 taza) 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 / Jamón  
 (1) Tostada  
 (1 t) Margarina /Jalea

(8oz) Leche

Estacion de Café americano  
 en cada piso sera servida

## ALMUERZO

(3oz) Fricase de Pollo  
 (1/2 taza) Arroz Blanco  
 (1/2 taza) Vegetales  
 (1 t) Ensalada /Aderezo  
 (1/2 taza) Helado

Sub: Ensalada de Atun

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

## CENA

(6oz) Sopa del Dia  
 (1/2 taza) Espagueticon  
 (3oz) Bolognesa  
 (1) Tostada  
 (1 taza) Ensalada/Aderezo

(8oz) Leche

(1) Tortica

## 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.