

## Postres

Pastel de chocolate con mantequilla de maní 47g | Tarta helada de limón 70g

Tarta de queso con fresa 28g | Galletas Graham 11g

Puré de manzana con canela 13g **SG**

**Galletas:** Chispas de chocolate 17g | Azúcar 18g | Galletas Oreo 19g

Galleta de bizcochuelo de chocolate craquelada 24g

**Gelatina todas SG:** Normal 18g | Sin azúcar 0g

**Pudín todos SG:** Vainilla 30g | Sin azúcar 18g | Chocolate 23g

Sin azúcar 17g

**Postres helados todos SG:**

**Helado:** Vainilla 16g | Chocolate 19g | Fresa 18g

Sin azúcar: Vainilla 14g | Chocolate 18g | Fresa 20g

**Helado italiano de hielo 37g**

**Sorbete 22g**

**Paleta helada 9g | Paleta helada sin azúcar 3g**



## Bebidas

**Té todos SG 0g:** Helado | Caliente | Descafeinado | Normal

Limonada sin azúcar

**Chocolate caliente:** Normal 12g | Sin azúcar 4g

**Jugo todos SG:** Manzana 13g | Arándanos rojos 15g | Uvas 17g

Naranja 13g | Ciruela pasa 20g

**Leche:** Entera 12g **SG** | Descremada 12g **SG** | Al 2% 12g **SG**

Chocolatada 30g **SG** | Soya de vainilla 18g | Soya de chocolate 25g

Lactaid 11g



## Dietas líquidas

**Jugo todos SG:**

Manzana 13g | Arándanos rojos 15g | Uvas 17g

**Caldos:** Carne 1g | Pollo 1g | Verduras 4g

**Bebidas calientes todas SG:**

Té recién preparado 0g | Té descafeinado 0g

**Bebidas frías todas SG:**

Té helado 0g | Ginger Ale 21g

Ginger Ale de dieta

Limonada de dieta

**Helado italiano de hielo 37g**

**Paletas heladas:** Normal 9g | Sin azúcar 3g

**Sorbete 22g**

**Yogur de vainilla**

**Gelatina todas SG:**

Normal 18g | Sin azúcar 1g

**Helado:** Vainilla 18g | Chocolate 19g

Fresa 18g **SG**

**Helado sin azúcar:** Vainilla 14g

Chocolate 18g **SG** | Fresa 20g

## Alimentos para bebés

Avena

Cereal de arroz

Carne y salsa gravy

Pollo y salsa gravy

Pavo y salsa gravy

Papas dulces

Zanahorias

Guisantes

Calabaza

Judías verdes (ejotes)

Duraznos

Plátano

Peras

Puré de manzana



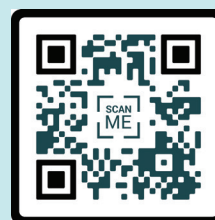
### Instrucciones para ordenar

Una vez que decida lo que a usted y a su hijo les gustaría comer, puede ordenar entre las 7:00 a.m. y 6:30 p.m.

**Para ordenar, llame al: 57054.**

Fuera del hospital, llame al: 704-355-7054

**Algunos alimentos podrían no ser apropiados según la dieta que le han recetado. Estaremos encantados de ayudarlo a elegir sus comidas.**



ESCANEAR CÓDIGO QR  
PARA CONOCER LOS  
MENÚS DE DIETAS  
ALTERNATIVAS

Las ilustraciones de alimentos fueron hechas por pacientes de Levine Children's.

# Menú pediátrico

con gramos de carbohidratos



**Atrium Health**  
**Levine Children's**

**SG = Sin gluten** **0g = Gramos de carbohidratos**

Desayuno disponible hasta las 10:30 a.m.

## Platos principales para el desayuno

- Huevos revueltos **SG**
- Panqueques simples o con arándanos azules **17g**
- Tostada francesa **26g**
- Palitos de tostada francesa **22g**
- Omelet simple o con queso **SG**

## Guarniciones para el desayuno

- Salchicha de pavo **SG**
- Salchicha de cerdo **1g SG**
- Papas del desayuno **22g**
- Sémola con queso **23g**
- Sémola **22g**
- Tocino de pavo **SG**
- Tocino de cerdo **SG**

## Panadería

- Panecillo **25g**
- Bagel **37g**
- Muffin inglés **25g**
- Muffin de arándanos azules **25g**



## Yogur

- Vainilla ligera **18g**
- Fresa **25g**
- Yogur griego de arándanos azules **16g**
- Griego de vainilla **19g**
- Plátano con fresa **32g**
- Parfait de fruta, granola y yogur **23g**

## Cereal caliente

- Avena **9g** con azúcar moreno **13g** y pasas **7g**
- Crema de trigo con manzana y canela **27g**
- Sémola **22g**



## Cereal

- Total **18g**
- Rice Chex **17g SG**
- Rice Krispies **15g**
- Cheerios **14g**
- Frosted Flakes **24g SG**
- Cornflakes **15g**



## Verduras y guarniciones

- Puré de papas **19g SG**
- Papas asadas **18g SG**
- Brócoli al vapor **4g SG**
- Arroz blanco **23g** y arroz integral **33g SG**
- Calabacín salteado **2g SG**
- Panecillo **15g**
- Tater Tots **16.6g**
- Macarrones con queso **14g**
- Ensalada de guarnición **4g SG**
- Zanahorias asadas **8g SG**
- Judías verdes (ejotes) **6g SG**
- Frijoles negros **18g**

## Fruta todas SG

- Copa de frutas frescas **15.7g**
- Uvas **14g**
- Manzana **18g**
- Piña fresca **11g**
- Duraznos en cubos **15g**
- Plátano **27g**
- Fruta tropical **17g**
- Mezcla de melones **8g**
- Peras en cubos **17g**
- Naranja **15g**
- Mandarinas **11.4g**
- Cóctel de frutas **14g**
- Trozos de manzana **8g**
- Puré de manzana **13g**

Entradas para el almuerzo y la cena disponibles después de las 10:30 a.m.

## Platos principales para el almuerzo y cena

- Asado a la olla **SG**
- 2 rebanadas de pizza de queso queso **53g** o de pepperoni **53g**
- Ravioles de queso con marinara **47g**
- Pasta penne **41g** con salsa de tomate **9g** o carne de pavo **6g**
- Palito de pescado crujiente **22g**
- Pollo rostizado **1g**



## A la parrilla

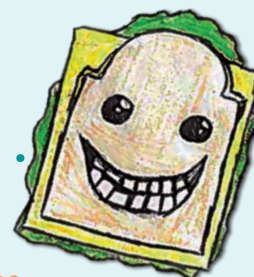
- \*Hamburguesa a la parrilla **0g**
- \*Hamburguesa de pavo **2g**
- Trozos de pollo al horno **16g**
- Tacos de carne **11g**
- \*Hamburguesa vegana **6g**
- \*pan de hamburguesa blanco **39g**
- \*Hamburguesa de queso a la parrilla **1g**
- \*Sándwich de queso a la parrilla **21.8g**
- Quesadilla de queso **23g**
- \*Pechuga de pollo a la parrilla **2g**
- Quesadilla de pollo **23g**

## Ensaladas como platos principales

- Ensalada del Chef **4g SG**
- Ensalada César de pollo **15g**
- Plato de frutas con queso cottage **24g** o Yogur **48g SG**
- Ensalada griega **7g**
- Aderezos todos **SG**:
- Ranch **3g**
- 1000 islas **7g**
- Vinagreta balsámica **5g**
- Italiano ligero **4g**
- Ranch ligero **14g**
- César **3g**
- Italiano dorado **3g**

## Cree su propio sándwich

- Elija su pan por 2 rebanadas
- Integral **21g**
- Pan sin gluten de Udi **38g SG**
- Elija su proteína
- 1/3 de taza de ensalada de pollo **1g**
- 1/3 de taza de ensalada de atún **2g**
- Jamón **1g**
- Elija su queso
- Americano **1g**
- Suizo **0g**
- Elija sus ingredientes adicionales
- Lechuga **0g**
- Pepinillos encurtidos **1g**
- Blanco **30g**
- Tortilla de harina **22g**
- 1/3 de taza de ensalada de huevo **3g**
- Pavo **0g**
- Mantequilla de maní **5g**
- Cheddar **1g**
- Tomate
- Cebolla roja **1g**



## Meriendas

- Papas fritas al horno **24g**
- Chips de pan pita al horno **18g**
- Palomitas de maíz con cheddar blanco **14g**
- Cool Ranch Doritos **31g**
- Galletas con mantequilla de maní y queso cheddar **23g**
- Pasta de garbanzos **4g**
- Palitos de zanahoria y apio **3g**
- Galletas Oreo **19g**
- Queso en tiras **1g**

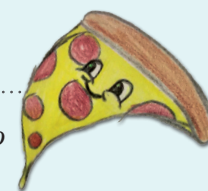
## Especiales del Chef

### DESAYUNO

- Domingo Cazuela de queso con salchicha de pavo** **12.5g** servida con tocino **0.2g**, yogur de vainilla **15.6g**, mandarinas **22g** y muffin de arándanos azules **31.9g**
- Lunes Panqueques de arándanos azules** **35.1g** servidos con hamburguesa de salchicha de pavo **0g**, yogur de vainilla **15.6g**, y un plátano **27g**
- Martes Huevos revueltos** **2.2g** servidos con salchicha **1g**, copa de frutas frescas **15.7g** y un panecillo con salsa gravy **31.6g**
- Miércoles Palitos de tostada francesa** **28.8g**, tocino **0.2g** y mandarinas **11.4g**
- Jueves Huevos revueltos con queso** **1.4g** servidos con hamburguesa de salchicha de pavo **0g**, yogur de vainilla **15.6g**, mezcla de melones **7.8g**, y muffin de manzana con canela **28.4g**
- Viernes Tazón de huevos revueltos con queso** **24.6g** servidos con tocino **0.2g**, y mandarinas **11.4g**
- Sábado Omelet de queso** **2.5g** servido con hamburguesa de salchicha de pavo **0g**, sémola con mantequilla **14.9g**, yogur de fresa **15.3g**, y copa de peras y duraznos en cubos **15.6g**

### ALMUERZO

- Domingo Pastel de pollo** **12.5g** servido con brócoli al vapor **6.9g**, fresas **2.9g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y un mousse de crema y galletas **14.2g**
- Lunes Asado de cerdo a la barbacoa** **18.6g** servido con macarrones con queso **14.6g**, maíz **17.5g**, copa de frutas con melones y uvas **6.9g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y un parfait de plátano **19.2g**
- Martes Tazón de tinga de pollo** **44.6g** servido con mezcla de melones **7.8g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y galletas de bizcochuelo de chocolate craquelado **23.7g**
- Miércoles Filete de res Salisbury con semiglaseado** **10.9g** con puré de papas **18.4g**, zanahorias asadas **8.7g**, copa de frutas frescas con melones y uvas **15.7g**, y manzanas con canela **15.7g**
- Jueves Sopa de tomate** **12.9g** servida con queso a la parrilla **21.8g**, judías verdes (ejotes) **5.7g**, plátano **27g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y trifle de tarta de queso con bayas frescas **17.8g**
- Viernes Cuarto de pollo a la barbacoa** **5.1g** servido con macarrones con queso **14.6g**, judías verdes (ejotes) sazonadas **5.9g**, duraznos en cubos, panecillo de trigo integral **21.7g**, y tarta helada de limón **69.9g**
- Sábado Pizza de pepperoni** **53.1g** servida con brócoli al vapor **4.6g**, copa de frutas frescas con melones y uvas **31.4g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y una galleta de chispas de chocolate **25.3g**



### CENA

- Domingo Enrollado de lasaña con salsa de carne** **34.9g** servido con calabacín salteado **2.4g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y un parfait de tarta de fresa **27.3g**
- Lunes Pechuga de pollo Marsala** **3.3g** servida con puré de papas **18.4g**, brócoli y coliflor al vapor **4.8g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y bizcochuelo de chocolate **30.7g**
- Martes Pastel de carne con semiglaseado** **6.5g** servido con puré de papas al ajo **19.1g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y tarta de queso con fresa **27.5g**
- Miércoles Pollo a la parrilla al pesto** **0.1g** con paste penne de trigo integral **15.2g**, con salsa Alfredo **4.4g**, brócoli al vapor **4.6g**, copa de frutas **15.7g**, panecillo de trigo integral **21.7g**, y trifle de chocolate doble **17.8g**
- Jueves Tiras de pollo** **16g** servidas con macarrones con queso **14.6g**, calabacín salteado **2.4g**, cóctel de frutas **14.1g**, y pastel de chocolate con mantequilla de maní **47.2g**
- Viernes Hamburguesa con queso** **25.1g** cubierta con tater tots **16.6g**, brócoli al vapor **6.9g**, copa de frutas frescas **15.7g**, y bizcochuelo ángel con fresas **21.4g**
- Sábado Arroz frito con pollo** **19.5g** servido con enrollado de verduras primavera con salsa de chile tailandés **31.2g**, mezcla de melones **7.8g** y gelatina de creamsicle de naranja **18.6g**

**SG** = Sin gluten **0g** = Gramos de carbohidratos