



Alignment Healthcare





Menú de Alimentos Entregados en Casa Noviembre 2018

FAIRHAVEN

MEMORIAL SERVICES · MISSION VIEJO
MEMORIAL PARK & MORTUARY · SANTA ANA

Dignity Memorial® Providers

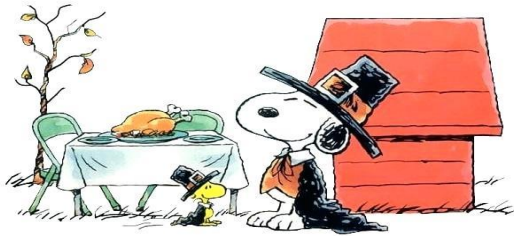
FD 1912 · FD 1313 / COA 659

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1	2
			Avena, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, Pan Integral <u>Mantequilla de Maní. Jalea</u> Sándwich de Pavo y Queso, Ensalada de Tres Frijoles, Pan Integral, <u>Mandarina. Mayonesa</u> Albóndigas Suizas con Salsa, Pilaf de Quínoa, Floretes de Brócoli, Hojuelas de Manzana, Hojuelas de Manzana de Dieta	Panquecito de Salvado (Mini), Leche 1%, Duraznos <u>Yogurt Bajo en Grasa. Promise</u> Ensalada de Pollo Thai con Aderezo, Rollo Integral, <u>Mezcla de Frutas. Promise</u> Fajitas de Res, Frijoles Pintos, Verduras de Fajitas, Tortilla, Trozos de Piña
5	6	7	8	9
Avena, Leche 1%, Jugo de Naranja, <u>Yogurt Bajo en Grasa</u> Sándwich de Atún, Betabeles y Ensalada de Naranja, Pan Integral, <u>Puré de Manzana</u> Pavo Asado con Salsa de Pavo, Puré de Papa, Zanahorias, Fruta Fresca	Huevo Duro, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, Pan Integral, <u>Promise. Jalea</u> Sándwich de Pechuga de Pollo Asado, Ensalada de Pepino, Pan Integral, Pudín, Dieta; Pudín de Dieta, <u>Mayonesa</u> Macarrones con Queso, Tomates Guisados, Brócoli, Mandarina.	Mini Bagel, Leche 1%, Jugo de Naranja, Queso de Hebra, <u>Queso Crema</u> Ensalada de Huevo con Verduras, Ensalada de Zanahoria con Pasas, Pan Integral, <u>Trozos de Piña. Promise</u> Paste de Carne al Horno con Salsa, Puré de Papas, Espinacas, Galleta de Chispas de Chocolate, Galleta de Chispas de Chocolate de Dieta	Cereal Bran Flakes, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, <u>Yogurt Bajo en Grasa</u> Sándwich de Jamón con Queso Suizo, Ensalada de Calabacitas y Jitomate, Pan de Centeno, Mezcla de Frutas <u>Tropicales. Mayonesa</u> Marsala de Pollo en Pasta, Verduras Estilo California, Ambrosia	Queso Cottage, Leche 1%, Cóctel de Frutas, Pan Integral, <u>Promise</u> Ensalada de Pollo, Ensalada <u>California. Rollo Integral. Fruta Fresca</u> Pescado Mrs. Friday's, Camote, Mezcla Escandinava de Verduras, Pan Integral, Gelatina con Frutas, Gelatina con Frutas de Dieta
**12	**13	14	15	**16
<u>Cerrado Por Día de los Veteranos</u>	Cena del Día de los Veteranos	Huevo Duro, Leche 1%, Jugo de Naranja, Pan Integral, <u>Promise. Jalea</u> Ensalada Mediterránea de Atún, Ensalada de Zanahoria con Pasas, Rollo Integral, <u>Mandarina. Promise</u> Filete Salisbury con Salsa de Champiñones, Puré de Papa, Coles de Bruselas, Rollo Integral, Hojuelas de Manzana de Dieta, Promise	Cereal Cheerios Multigrano, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, <u>Yogurt Bajo en Grasa</u> Ensalada de Pollo, Ensalada Brócoli y Pimiento, Pan Integral, <u>Pudín. Pudín de Dieta. Promise</u> Cacerola de Fiesta Mexicana, Arroz a la Española, Mezcla de Verduras a la Jardinera, Cóctel de Frutas	Cena de Día de Acción de Gracias
	Mini Bagel, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, Yogurt Bajo en <u>Grasa. Queso Crema</u> Ensalada de Imitación Cangrejo, Ensalada de Jitomate con Cebolla Morada, Rollo Integral, Duraznos <u>Rebanados. Promise</u> Roast Beef, Papa al Horno, Verduras Mixtas, Fruta Fresca			Queso Cottage, Leche 1%, Mezcla de Fruta, Pan Integral, Mantequilla <u>de Maní y Jalea sin Azúcar</u> Pasta con Calabaza Butternut y Tiras de Carne, Mini Panquecito, <u>Natilla. Natilla de Dieta</u> Pavo Asado con Salsa, Relleno de Pan de Elote, Ejote/Almendras, Tarta de Calabaza, Salsa de Arándanos

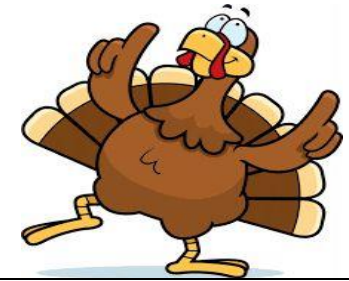
El Donativo Sugerido es de \$5.25 al día.


DAR LA VUELTA





Noviembre 2018



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
19	20	**21	22	23
Avena, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, <u>Yogurt Bajo en Grasa</u> Pastel de Carne al Horno, Ensalada de Col, Bollo de Hamburguesa Integral <u>Manzana, Mayonesa, Mostaza</u> Estofado de Carne con Verduras Cocidas, Zanahoria, Brócoli, Pan de Elote, Ambrosia, Promise	Mini Bagel, Leche 1%, Jugo de Naranja, Queso Crema, <u>Jalea de Dieta</u> Pan de Pavo, Jitomates Cherry, Pan Integral, Gelatina, <u>Aderezo Ranch</u> Albóndigas con Salsa Marinara, Pasta de Linguini, Verduras a la Italiana, Palitos de Pan, Pastel de Dieta, Promise	Cena de Día Festivo Cereal Cheerios Multigrano, Huevo Duro, Leche 1%, <u>Jugo de Naranja-Piña</u> Ensalada Mediterránea de Atún, Ensalada de Betabel y Naranja, Galletas Soda Integrales (2 paq.) <u>Pudín de Dieta</u> Quiché de Tocino y Champiñones, Papas de Cáscara Roja, Zanahorias Baby Enteras, Ambrosia de Fiesta		
26	27	28	29	30
Huevo Duro, Leche 1%, Jugo de Naranja, <u>Yogurt Bajo en Grasa</u> Sándwich de Jamón con Queso Suizo, Jitomates Cherry, Pan Integral, <u>Copa de Frutas, Mayonesa</u> Pollo Kung Pao, Arroz Jazmín, Mezcla de Verduras Orientales, Peras en Conserva	Queso Cottage, Leche 1%, Duraznos en Conserva, Pan Integral, <u>Promise y Jalea de Dieta</u> Sándwich de Pavo Asado con Espinaca, Ensalada de Pasta Tricolor, Pan Integral, <u>Trozos de Piña</u> Barco Relleno de Salmón con Salsa Pesto, Orzo con Verduras, Brócoli, Hojuelas de Fruta de Dieta	Cereal Cheerios Multigrano, Leche 1%, Pan Integral, Queso de Hebra, <u>Mantequilla de Maní, Jalea de Dieta</u> Ensalada de Cangrejo y Pasta, Ensalada de Betabel y Naranja, Pan Integral <u>Fruta Fresca, Promise</u> Filete Salisbury con Salsa, Puré de Camote, Espinacas, Rollo Integral, Ambrosia, Promise	Mini Bagel, Leche 1%, Jugo de Naranja-Piña, Yogurt Bajo en Grasa, <u>Queso Crema, Gelatina de Dieta</u> Hamburguesa, Elote, Ensalada de Calabacitas con Jitomate, Bollo Integral, Pudín de Plátano, Pudín de Plátano de Dieta, <u>Promise, Mayonesa y Mostaza</u> Marsala de Pollo con Salsa Marsala, Pasta, Mezcla Italiana de Verduras, Palitos de Pan, Mandarina, Promise	Yogurt Bajo en Grasa, Leche 1%, <u>Avena con Frutas Tropicales</u> Ensalada de Pollo, Ensalada de Zanahorias con Pasas, Pan Integral, <u>Pastel de Dieta, Promise</u> Albóndigas con Salsa Agridulce, Arroz Integral, Mezcla California de Verduras, Gelatina con Frutas, Promise

Este proyecto es financiado en parte a través de los fondos de la Ley Federal para Adultos Mayores según lo asigna la Junta de Supervisores del Condado de Orange. Todos los alimentos cumplen con las Pautas Alimentarias para los Estadounidenses (DGA - Dietary Guidelines for Americans) 2015 & las Ingestas Dietéticas de Referencia (DRI - Dietary Reference Intakes) para adultos mayores como lo determina el Departamento de Salud y la Agencia de Servicios Sociales de California y el Departamento de Agricultura de EE.UU. Los postres sin azúcar y las frutas empacadas se utilizan en todo el menú para dar cabida a los diabéticos. Todos los días se sirve leche 1%. El donativo sugerido es de \$5.25 al día. Los alimentos semanales en promedio aportan más de 1600 calorías. El sodio es analizado diariamente para no exceder 2300mg. Cualquier comida que exceda los 2300mg de sodio está indicada con el icono de un salero . Los alimentos especiales se indican con*, el sodio puede exceder los 2300 mg. Tome en cuenta que los condimentos no son analizados y pueden incrementar el sodio.