

DESAYUNO

Entradas:

- Huevos revueltos
- ♥ Sustituto de huevos revueltos
- Huevo frito
- Huevo duro
- ♥ Panqueques
- ♥ Gofre belga
- ♥ Tostadas francesas

Contornos:

- Hamburguesas de salchicha
- ♥ Salchichas de pavo
- Tocineta
- ♥ Tocineta de pavo
- ♥ Croquetas de papa
- Galleta de suero de leche
- Salsa de crema y carne
- Salsa de salchicha

Prepare su propio desayuno: tortillas, burritos, revueltos y sándwiches

- | | | | |
|---------------------------------|----------------------|-----------------|--------------------|
| Proteínas: | Almidones: | Quesos: | Verduras: ♥ |
| • Huevos revueltos | ♥ Pan blanco | • Queso rallado | • Pimientos verdes |
| ♥ Sustituto de huevos revueltos | ♥ Pan integral | • Americano | • Cebollas |
| • Hamburguesas de salchicha | ♥ Bagel | • Cheddar | • Tomates |
| ♥ Salchichas de pavo | ♥ Panecillo inglés | • Suizo | |
| • Tocineta | • Galleta tostada | • Pepper Jack | |
| ♥ Tocineta de pavo | ♥ Tortilla de maíz | | |
| | • Tortilla de harina | | |

Productos de panadería:

- ♥ Panecillo de arándanos
- ♥ Panecillo de plátano y nueces
- ♥ Bagel simple
- ♥ Panecillo inglés (blanco o integral)
- ♥ Tostada (pan de trigo blanco o integral)
- Rollo de canela

Cereales: ♥

- Avena
- Cream of Wheat®
- Malt O Meal®
- Corn Flakes®
- Raisin Bran® (salvado de trigo con pasas)
- Honey Nut Cheerios™ (cereal integral con miel y nueces)
- Cinnamon Toast Crunch®

Las opciones de desayuno continúan en la parte posterior. ►

Frutas y yogures:

- Frutas:** ♥
- Rodajas de manzana
 - Plátano
 - Naranja
 - Arándanos
 - Fresas
 - Uvas
 - Piña fresca
 - Melón cantalupo
 - Peras
 - Melocotones
 - Mandarinas
 - Puré de manzana
- Yogures:** ♥
- Vainilla
 - Arándano
 - Fresa
 - Melocotón
 - Prepare su propio plato de requesón y fruta: tres (3) frutas y requesón
 - Prepare su propio *parfait* de yogur: yogur de su elección, dos (2) frutas y granola

Opciones de líquidos claros:

- Caldo
- Gelatina
- Jugo
- Sprite o Sprite Zero
- Té
- Paletas

Opciones de dieta líquida completa:

- Todas las bebidas
- Sopa cremosa colada o cereales calientes
- Pudín
- Helado

Algunos productos pueden no ser adecuados para su dieta, especialmente si sigue una dieta terapéutica. Nuestros operadores lo ayudarán a seleccionar los productos que cumplan sus requisitos dietéticos.

Si no recibe su comida en un plazo de 45 minutos después de hacer el pedido, llámenos al 405-515-3663 o a la ext. 53663.

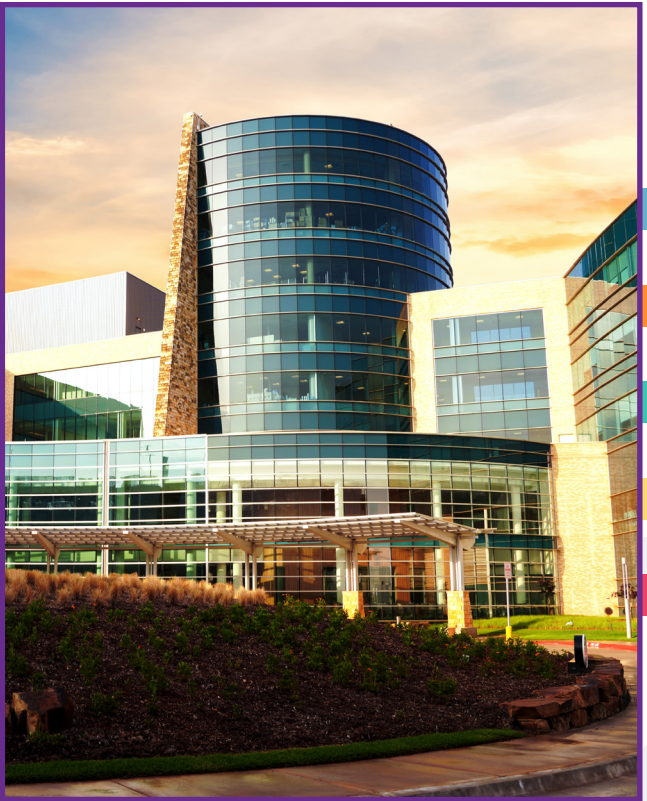
Las bandejas para invitados están disponibles por 7.00 \$ e incluyen a elegir entre:

- Una (1) entrada
- Cuatro (4) contornos
 - Elija entre contornos calientes, sopas, ensaladas y postres
- Dos (2) bebidas



**NORMAN
REGIONAL**
Health System

SERVICIO DE COMIDA EN LA HABITACIÓN



El servicio de comida en la habitación está disponible de
6:30 a. m. a 6:30 p. m.

Todos los platos del menú están disponibles durante todo el día.

Para hacer un pedido, llame al 405-515-3663
o a la ext. 53663.

Para recibir un servicio más rápido, seleccione los
platos del menú antes de llamar.



ALMUERZO y CENA

Entradas:

- ♥ Estofado
- ♥ Pechuga de res a la barbacoa
- ♥ Pastel de carne
 - Filete frito al estilo campestre
- ♥ Pechuga de pavo rebanada
- ♥ Pollo asado a las hierbas
- ♥ Salmón al limón y eneldo
 - Bagre frito

Productos a la parrilla:

- ♥ Hamburguesa (de carne de res o vegetariana)
- ♥ Sándwich de pollo a la parrilla
 - Sándwich de queso Filadelfia
- Bocado de albóndigas
- Queso a la parrilla
- Jamón y queso calientes
- ♥ Tiras de pechuga de pollo
- Pizza personalizada:
 - Queso
 - Pepperoni

Contornos:

- ♥ Guisantes
- ♥ Zanahorias
- ♥ Brócoli
- ♥ Maíz sazonado
- ♥ Calabacín y calabaza
- ♥ Papas horneadas
- ♥ Puré de batata
- ♥ Puré de papas con salsa de carne
 - Macarrones con queso
- Ensalada de papa
- ♥ Papas fritas
- ♥ Frijoles negros y pintos
- ♥ Arroz (blanco o de coliflor)
- ♥ Pan de maíz
- ♥ Panecillo clásico
- ♥ Requesón
- ♥ Queso de hebras
- ♥ Galletas saladas para sándwiches de mantequilla de maní
- Hummus
- Papas (y otros tubérculos) fritos en bolsa:
 - Lays regulares
- ♥ Lays horneadas
 - Doritos
 - Cheetos
- ♥ Cheetos horneados

Ensaladas:

- Ensaladas de entrada:**
 - ♥ Ensalada de pollo a la parrilla
 - ♥ Ensalada César de pollo
 - Ensalada de pollo al estilo campestre
 - Ensalada del chef
- Ensaladas de contorno:**
 - ♥ Ensalada de la huerta
 - Ensalada César de contorno
 - Verduras crudas c/ salsa para acompañar
- Aderezos:**
 - Ranchero (normal y ♥ sin grasa)
 - César
 - Queso azul
 - Francés
 - Mostaza con miel (normal)
 - Italiana (normal y ♥ sin grasa)
 - ♥ Vinagreta de arándano
 - ♥ Vinagreta balsámica

Sopas:

- ♥ Sopa de tomate
- ♥ Sopa de pollo con fideos
 - Sopa de papas
- ♥ Sopa de verduras
- ♥ Crema de pollo
- ♥ Crema de champiñones

Pasta a su gusto:

- Pasta:**
 - ♥ Pasta penne (plumas)
- Salsas:**
 - ♥ Salsa marinara
 - Salsa Alfredo
- Proteínas:**
 - ♥ Pollo a la parrilla
 - Albóndigas
 - ♥ Salchicha italiana sin carne

Tex-Mex a su gusto:

- Bases:**
 - ♥ Tazón
 - ♥ Ensalada
 - Fajita (tortilla de harina)
 - ♥ Taco (tortilla de maíz)
 - Quesadilla (tortilla de harina)
- Proteínas:**
 - ♥ Carne molida
 - Pollo a la parrilla
 - Pollo para fajitas
 - Filete sazonado
- Agregados:**
 - ♥ Frijoles pintos
 - ♥ Frijoles negros
 - ♥ Verduras mexicanas a la parrilla
 - ♥ Lechuga
 - ♥ Tomates
 - ♥ Cebollas
 - Queso rallado
 - Crema agria
 - ♥ Arroz blanco
 - ♥ Arroz de coliflor
 - ♥ Salsa

Salteado a su gusto:

- Proteínas:**
 - ♥ Verduras
 - Carne de res
 - Pollo
- Arroces:**
 - ♥ Arroz blanco
 - Arroz de coliflor
- Salsas:**
 - Salsa agri dulce
 - ♥ Salsa teriyaki

Productos delicatessen:

- Sándwich de ensalada de pollo
- Sándwich de ensalada de atún
- ♥ Sándwich de mantequilla de maní y mermelada

Cree el suyo propio:

- Panes:**
 - ♥ Blanco
 - Integral
 - Hoagie
 - Plano para enrollar
- Proteínas:**
 - ♥ Jamón
 - Pavo
 - Rosbif
 - Hummus
- Quesos:**
 - Americano
 - Suizo
 - Cheddar
- Ingredientes adicionales:**
 - ♥ Lechuga
 - Tomate
 - Cebolla
 - Pepinillos

MENÚ DEL SERVICIO EN LA HABITACIÓN

Para hacer un pedido,
llame a la ext. 53663.

El servicio de comidas en la habitación está disponible desde las 6:30 a. m. hasta las 6:30 p. m.

Bebidas:

- Jugos:**
 - ♥ Manzana
 - Naranja
 - Uva
 - Arándanos
 - Tomate
 - Verduras V8®
- Leches:**
 - 2 % de grasa
 - ♥ Descremada
 - Entera
 - ♥ Sin lactosa
 - Achocolatada
 - ♥ De soya
 - ♥ De almendra
- Refrescos:**
 - Coca-Cola
 - ♥ Coca-Cola Light (dietética)
 - ♥ Coca-Cola Zero
 - Dr. Pepper
 - ♥ Diet Dr. Pepper (dietética)
 - Sprite
 - ♥ Sprite Zero
- Otras:**
 - Café
 - ♥ Café descafeinado
 - Té caliente
 - ♥ Té descafeinado
 - ♥ Té sin azúcar
 - ♥ Limonada
 - ♥ Chocolate caliente

Postres:

- Pudines:**
 - ♥ Chocolate
 - Vainilla
 - Plátano
- Gelatinas:**
 - ♥ Cítrica
 - De bayas
- Productos congelados:**
 - ♥ Helado de chocolate
 - Helado de vainilla
 - Batido de piña Dole Whip®
 - Sorbete de naranja
 - Paletas
- Otras:**
 - Brownie helado sin frutos secos
 - ♥ Cuadrados de arroz Rice Krispies Treats™

Pasteles/tartas:

- ♥ Pastel de ángel
- ♥ Tarta de fresa
 - Pastel de chocolate en capas
- Pastel de zanahoria
- Tarta de manzana
- Tarta de chocolate
- Tarta de merengue de limón
- Pastel de queso
- ♥ Postre rústico de cerezas

Galletas:

- ♥ Azúcar
- Chispas de chocolate
- Avena
- Barquillos de vainilla
- Galletas Graham
- Galleta de limón sin azúcar
- Galleta de chispas de chocolate sin azúcar



Los productos marcados con un corazón son una opción más saludable. Estos productos marcados se pueden agregar a su pedido como opción baja en sodio, baja en grasa o baja en carbohidratos.

Escanee este código QR si desea contar carbohidratos o buscar información nutricional adicional.

