


LIFEPATH - FEBRERO DE 2023

COMIDA A DOMICILIO - La donación confidencial voluntaria sugerida es de \$ 3.00 por comida
 POR FAVOR LLAME A SU ANTES DE LAS 9:30 AM UN DÍA DE SERVICIO PARA CANCELAR UNA COMIDA O SOLICITAR
 UN SUSTITUTO PARA UNA COMIDA CON ALTO EN SODIO.
 LLAME AL (413) 773-7702 O (888) 475-1180.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 mg de sodio	2 mg de sodio	3 mg de sodio
		Rollo de lasaña de queso 290 Marinara y Mozzarella 247 Coles de Bruselas 12 Pan de trigo 124 buñuelo de manzana 330 Dieta: Galleta SF CC	Pastel de pollo 484 brócoli y coliflor 31 Galleta de suero de leche 340 Copa de frutas 5	Pechuga de pollo con 420 salsa de barbacoa 24 Patatas Yukón Doradas 5 Vegetales mixtos 88 Panecillo De Trigo 105 Fruta fresca 1
		Sodio total (mg): 1128 Calorías: 842	Sodio total (mg): 985 Calorías: 597	Sodio total (mg): 768 Calorías: 666
6 mg de sodio	7 mg de sodio	8 mg de sodio	9 mg de sodio	10 mg de sodio
Pastel de carne clásico con salsa de carne 234 Puré de patatas 66 Mez. de verduras del Pac. 53 centeno marmoleado 127 Puré de manzana 10	Frijol negro y chile de cebada 614* Floretes de coliflor 14 Pan de trigo 124 Copa de frutas 5	Pollo con Salsa de Pimiento Rojo 519* Orzo pilaf con espinacas 57 Mezcla de verduras capri 15 Pan de trigo 124 Arándano Snack n Loaf 160 Dieta: Graham	Ravioli Primavera 609* Judías verdes 3 Pan italiano 230 Fruta fresca 1	Cerdo asado 73 con salsa de hierbas 83 calabaza moscada 48 Mez. de verduras del Pac. 53 Pan multigrano 223 Galletas Mini CC (todas) 120
Sodio Total (mg): 615 Calorías: 715	Sodio total (mg): 882 Calorías: 759	Sodio total (mg): 1000 Calorías: 707	Sodio total (mg): 968 Calorías: 606	Sodio total (mg): 725 Calorías: 708
13 mg de sodio	14 mg de sodio	15 mg de sodio	16 mg de sodio	17 mg de sodio
Pollo en cubitos en salsa 211 Pasta penne 1 Habichuelas italianas 3 Panecillo 132 Yogur 75	Pechuga de pollo con salsa marsala 526* Pure de Papas al Ajo 66 Espinaca 65 Pan de trigo 124 Galleta CC (Darlington) 105 Dieta: Galleta SF CC	salmón al horno 67 Salsa Picatta De Limón 4 arroz pilaf 141 Verduras mixtas 88 Pan multigrano 223 Fruta fresca 1	albóndigas con 210 salsa de tomate y alba. 58 Rotini tricolor 1 Mez. de verduras ital. 41 Panecillo De Trigo 105 Copa de Frutas 5	Horneado de brócoli 475 Patatas fritas caseras 5 Tomates cocidos 251 Pan de trigo 124 Puré de manzana con sabor 10
Sodio total (mg): 547 Calorías: 577	Sodio Total (mg): 949 Calorías: 737	Sodio total (mg): 649 Calorías: 663	Sodio total (mg): 545 Calorías: 607	Sodio Total (mg): 990 Calorías: 700
20 mg de sodio	21 mg de sodio	22 mg de sodio	23 mg de sodio	24 mg de sodio
Día del Presidente Vacación	Estofado de carne 163 Mez. de verduras de Cal. 22 Panecillo 132 Yogur 75	Pollo empanizado 450 Batería 450 Puré de batatas 36 Brócoli 10 Pan multigrano 223 Fruta fresca 1	Boloñesa de ternera 223 Pasta penne 1 Mez. de vegetales italia. 41 Panecillo De Trigo 105 Puré de manzana 10	Horneado De Pollo Y Arroz 429 Espinaca 65 Pan de centeno marmoleado 127 Copa de frutas 5
NO SE SIRVEN COMIDAS	Sodio total (mg): 517 Calorías: 628	Sodio total (mg): 845 Calorías: 648	Sodio total (mg): 505 Calorías: 642	Sodio total (mg): 751 Calorías: 568
				
27 mg de sodio	28 mg de sodio		TODAS LAS COMIDAS INCLUYEN: 8 ONZAS DE LECHE AL 2% que contiene 125 mg SODIO 130 CALORÍAS Sodio y Calorías incluido en los totales de cada comida.	
Cerdo Rebanado con Salsa de Mostaza 209 Sr Cr & Puré De Cebollino 89 Mez. de verduras del Pac. 53 Pan de trigo 124 Copa de frutas 5	Jambalya de pollo 310 arroz integral 4 Brócoli 10 Pan de trigo 124 Yogur 75			
Sodio Total (mg): 605 Calorías: 692	Sodio Total (mg): 648 Calorías: 640			

Los niveles de sodio se enumeran junto a cada elemento del menú individual. Las comidas se basan en una dieta sin sal añadida (3000 - 4000 mg de sodio) por adultos mayores sanos. Si tiene alguna inquietud con respecto al sodio, comuníquese con el nutricionista para obtener orientación sobre cómo administrar su ingesta para sus requisitos dietéticos al 413-773-5555, ext. 2415.

*Indica elementos con mayor contenido de sodio de más de 500 mg.

Debido a disponibilidad, menú sujeto a cambios sin previo aviso.