
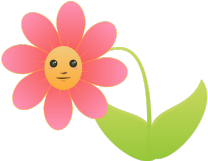


Comidas a domicilio LIFEPAATH - Abril de 2025

Por favor llame antes de las 9:30 a.m. un día antes para cancelar una comida o para solicitar un sustituto de una comida con alto contenido de sodio.

Llama al (413) 773-7702 O al (888) 475-1180

LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES				
			1	Carbs Sod		2	Carbs Sod		3	Carbs Sod		4	Carbs Sod			
				g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		
Sugerencia Voluntaria Confidencial La donación es de \$3.50 por comida.			Abadejo crujiente de patata	20	337	Albóndigas de pollo con	5	210	Brócoli y huevo al horno	15	475	Frijoles mixtos y				
			Pilaf de quinoa	25	56	Salsa de vino, tomate y alba	4	87	Papas fritas caseras	20	30	Guiso de verduras*	54	683		
			Brócoli y coliflor	6	14	Pasta penne	28	4	Tomates guisados	13	251	Coles de Bruselas	9	17		
			Pan multigrano	14	150	Mezcla de verduras italianas	8	19	Pan de centeno	13	150	Panecillo para la cena	17	180		
			Galleta de avena con pasas	12	75	Panecillo para la cena	17	180	Coba	12	14	Duende	20	132		
			Sodio total (mg): 787 Carbs (g): 89; Calorías: 814			Sodio total (mg): 656 Carbs (g): 94; Calorías: 688			Sodio total (mg): 1075 Carbs (g): 86; Calorías: 678			Sodio total (mg): 1167 Carbs (g): 113; Calorías: 651				
7	Carbs Sod		8	Carbs Sod		9	Carbs Sod		10	Carbs Sod		11	Carbs Sod			
	g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		
Especial del Día de los Red Sox	3	540	Escalopines de pollo	5	289	Pollo y arroz al horno	21	369	Chop suey americano	21	157	Macarrones con queso	78	777		
Hot dog*	29	140	Fideos con mantequilla	29	35	Espinaca	6	145	Brócoli	6	12	Riviera Blend Veg	8	8		
Frijoles al horno	10	34	Judías verdes	9	3	Rollo de nudo de ajo	17	90	Pan de avena	25	115	Pan multigrano	14	150		
Hortalizas de raíz	21	210	Pan de trigo	17	90	Frutas mixtas	15	3	Pudín de vainilla	34	174	Melocotones	14	8		
Rollo de perrito caliente	32	279	Fruta fresca	20	1											
Duende																
Sodio total (mg): 1358 Carbs (g): 108; Calorías: 975			Sodio total (mg): 573 Carbs (g): 93; Calorías: 673			Sodio total (mg): 912 Carbs (g): 75; Calorías: 621			Sodio total (mg): 816 Carbs (g): 143; Calorías: 1022			Sodio total (mg): 1098 Carbs (g): 127; Calorías: 731				
14	Carbs Sod		15	Carbs Sod		16	Carbs Sod		17	Carbs Sod		18	Carbs Sod			
	g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		
Albóndigas agrdulces	15	484	Chile de res	18	327	Pollo Diane	4	302	Pavo asado con salsa*	5	616	Pollock con/	0	180		
Fideos Lo Mien	33	58	Arroz integral	24	5	Fideos con mantequilla	32	32	Puré de papas	46	68	Salsa Newburg	5	224		
Verduras salteadas	5	6	Calabacín y coliflor	4	6	Mez de veg de California	6	30	Hortalizas de raíz	10	34	Arroz integral con hierbas	38	85		
Pan multigrano	14	150	Panecillo de trigo para la	17	180	Pan de avena	25	115	Panecillo para la cena	17	180	Mezcla romana de verduras	5	33		
Pudín de tapioca	27	195	Peras	15	5	Magdalena	29	170	Fruta fresca	20	1	Pan de trigo	17	90		
Sodio total (mg): 1048 Carbs (g): 106; Calorías: 837			Sodio total (mg): 677 Carbs (g): 91; Calorías: 623			Sodio total (mg): 804 Carbs (g): 109; Calorías: 829			Sodio total (mg): 1053 Carbs (g): 91; Calorías: 604			Sodio total (mg): 782 Carbs (g): 90; Calorías: 596				
21	Carbs Sod		22	Carbs Sod		23	Carbs Sod		24	Carbs Sod		25	Carbs Sod			
	g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		g	mg		
Día del Patriota Día festivo No se sirven comidas			Rollo de lasaña con			Especial de primavera				Pollo con verduras salteadas	9	336	Pastel de carne con salsa	5	168	
			Salsa de tomate	32	557	Brócoli y queso	11	410	Arroz con coco y jazmín	26	9	Puré de papas con queso	44	94		
			Mez de verd de la Toscana	6	47	Pollo relleno	11	410	Pan multigrano	14	150	Guisantes y zanahorias	12	82		
			Rollo de nudo de ajo	15	134	Papa sémola de maíz y ceb	44	48	Pudín de chocolate	30	195	Panecillo para la cena	17	180		
			Melocotones	14	8	Mez de verd de prima y vera	11	68				Galleta con chis de choc	12	60		
			Panecillo para la cena	17	180	Pastel de zanahoria	39	243								
Sodio total (mg): 900 Carbs (g): 80; Calorías: 594			Sodio total (mg): 1104 Carbs (g): 135; Calorías: 1045			Sodio total (mg): 844 Carbs (g): 91; Calorías: 807			Sodio total (mg): 739 Carbs (g): 103; Calorías: 895							
28	Carbs Sod		29	Carbs Sod		30	Carbs Sod					TODAS LAS COMIDAS INCLUYEN: 8 oz de leche al 1 % que contiene: 130 mg de sodio, 110 calorías, & 13 g de Carbs Y 1 porción de margarina Contiene 30 mg de sodio y 30 calorías Sodio, calorías v Carbs incluido en los totales diarios				
	g	mg		g	mg		g	mg								
Pollo cazador*	10	644	Abadejo crujiente de patata	20	337	Carne de res a la borgoñona	3	104								
Pasta Cavitappi	28	4	batatas	27	28	Puré de papas con ajo	44	48								
Brócoli y coliflor	6	14	Guisantes y champiñones	14	136	Hortalizas de raíz	10	34								
Pan multigrano	14	150	Pan de centeno	13	150	Pan multigrano	14	150								
Coba	12	14	Frutas mixtas	15	3	Pudín de vainilla	34	174								
Sodio total (mg): 981 Carbs (g): 82; Calorías: 597			Sodio total (mg): 809 Carbs (g): 103; Calorías: 764			Sodio total (mg): 665 Carbs (g): 117; Calorías: 865										

Los niveles de sodio y Carbs se enumeran junto a cada elemento individual del menú. .

Si tiene alguna inquietud con respecto al sodio, comuníquese con el nutricionista para obtener orientación sobre cómo controlar su consumo para cumplir con los requisitos de su dieta al 413-773-5555, Ext. 2415

*Indica alimentos con un contenido de sodio superior a 500 mg. Las comidas con ≥ 1200 mg de sodio se consideran comidas con alto contenido de sodio. El menú está sujeto a cambios sin previo aviso, según disponibilidad