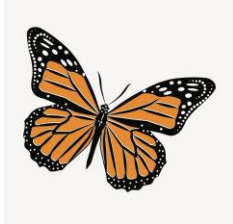


Comidas a domicilio LIFEPAATH - Septiembre de 2026

Por favor, llame antes de las 9:30 a. m. con un día de anticipación para cancelar una comida o para solicitar un sustituto para una comida con alto contenido
Llame al (413) 773-7702 o al (888) 475-1180. Correo electrónico: Nutrition@Lifepathma.org

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
	1		Carbs Sod		2		Carbs Sod		3		Carbs Sod		4		Carbs Sod				
			g mg		Menú especial		g mg				g mg				g mg				
	Muslo de pollo a la BBQ		16 357		Hot dog*		3 540		Pavo asado con salsa*		7 580		Chili de pollo con frijoles		38 432				
	Batata asada		14 20		Frijoles pintos horneados		28 140		Puré de papas		15 23		con queso rallado		1 96				
	Mez de verduras de Cali		5 34		Judías verdes y pim rojos		7 21		Brócoli		6 38		Zanahorias		6 56				
	Panecillo		20 100		Pan de perrito caliente		32 85		pan de trigo		24 65		Tazón de pan de maíz		33 160				
	Galleta de choco blanco		24 100		Durazno		14 0		Pudín de vainilla		18 130		Naranja		18 1				
Sodio total (mg): 746				Sodio total (mg): 1006				Sodio total (mg): 971				Sodio total (mg): 880							
Carbs (g): 90; Calorías: 744				Carbs (g): 98; Calorías: 863				Carbs (g): 82; Calorías: 650				Carbs (g): 107; Calorías: 880							
7				8				9				10				11			
Día laboral																			
Día festivo																			
No se sirven comidas.																			
				Ternera c cebolla y pim				Torta de polenta c queso				Pollo con queso*				Pasta de mariscos cajún*			
				Puré de papas				(Salch de cerdo y ternera)				con arroz sazonado				Brócoli			
				Verduras mixtas				Col rizada y pimientos				Guisantes				pan de trigo			
				Rollo de trigo				Rollo hawaiano				pan de maíz				Galleta de avena			
				Pudín de chocolate				Salsa de manzana				Pera							
Sodio total (mg): 626				Sodio total (mg): 739				Sodio total (mg): 891				Sodio total (mg): 832							
Carbs (g): 80; Calorías: 775				Carbs (g): 71; Calorías: 814				Carbs (g): 111; Calorías: 1029				Carbs (g): 82; Calorías: 707							
14				15				16				17				18			
Pollo con romero y ajo				Lasaña de queso con				Salmón con				Pastel de carne (de res)				Muslo de pollo toscana			
Orzo				Boloñesa de pavo y parm				Salsa melocotón y mango				Zanahorias				Arroz pilaf			
Hortalizas de raíz				Mez toscana de verduras				Batatas asadas				Rollo de trigo				Verduras mixtas			
Panecillo				Pan de ajo				Mez de verduras de Cali				Coba				Rollo de trigo			
Pudín de vainilla				Pastel de libra				pan de maíz								Copa de fruta mandarina			
								Copa de melocotón											
Sodio total (mg): 860				Sodio total (mg): 1248				Sodio total (mg): 471				Sodio total (mg): 638				Sodio total (mg): 594			
Carbs (g): 99; Calorías: 780				Carbs (g): 93; Calorías: 864				Carbs (g): 94; Calorías: 676				Carbs (g): 70; Calorías: 765				Carbs (g): 85; Calorías: 793			
21				22				23				24				25			
Estofado de ternera				Jamón y queso caliente*				Pollo a la cacciatore				Gambas guisadas c tom*				Chop Suey americano			
galleta de suero de leche				Sándwich de croissant				Tortellini				sémola de maíz c queso				con carne de res			
Guisantes				Papas fritas de boniato				Mezcla de verduras				Coles de Bruselas				Verduras mixtas			
Galleta de brownie				Brócoli				Rollo de trigo				pan de maíz				Rollo de trigo			
				Coba				Naranja				Pera				Pudín de chocolate			
				Mostaza															
Sodio total (mg): 800				Sodio total (mg): 1314				Sodio total (mg): 899				Sodio total (mg): 956				Sodio total (mg): 695			
Carbs (g): 115; Calorías: 1080				Carbs (g): 88; Calorías: 732				Carbs (g): 80; Calorías: 685				Carbs (g): 104; Calorías: 780				Carbs (g): 76; Calorías: 721			
28				29				30				Confidencialidad voluntaria sugerida La donación es de \$3.50 por comida.				TODAS LAS COMIDAS INCLUYEN: 8 oz de leche al 1% que contiene: 130 mg de sodio, 110 calorías, y 13 g de Carbs Y 1 cucharada de margarina Que contiene 30 mg de sodio y 36 calorías			
Saltimboca de pollo				Estofado de carne c salsa*				Piccata de pescado blanco											
Puré de papas				Batata asada				Arroz pilaf											
Judías verdes y pim rojos				Coles de Bruselas				Zanahorias											
pan de trigo				pan de maíz				Panecillo											
Copa de melocotón				Pudín de vainilla				Naranja											
Sodio total (mg): 629				Sodio total (mg): 1079				Sodio total (mg): 728											
Carbs (g): 77; Calorías: 751				Carbs (g): 86; Calorías: 690				Carbs (g): 88; Calorías: 727											
																Sodio, calorías y Carbs incluido en los totales diarios			

Los niveles de sodio y Carbs se indican junto a cada plato del menú..

Si tiene alguna inquietud sobre el sodio, comuníquese con el nutricionista para obtener orientación sobre cómo controlar su consumo y cumplir con los requisitos de su dieta al 413-773-5555, Ext. 2.

*Indica alimentos con alto contenido de sodio (> 500 mg). Las comidas con ≥ 1200 mg de sodio se consideran comidas con alto contenido de sodio. Debido a la disponibilidad, el menú está sujeto a