

BUAT-MAKANANSELEKSI




Sayuran

Jagung	Kacang Hijau
Wortel kecil	Salad Kecil
Brokoli	Piring Sayuran Segar
	saus peternakan opsional

Kentang/Nasi/Pasta

Kentang tumbuk	Beras 
Kentang panggang 	isian
Tumbuk Manis 	Makaroni dan keju
Kentang	spageti 

Sisi

Keripik kentang	Keju Tali
kue pretzel	Gulungan Makan Malam 
Pondok keju	Irisan Roti 
hummus 	Telur Rebus Keras

Makanan penutup

Buah 	Es krim
yogurt	coklat, vanila
Brownies Buram	Serbat
Pai apel	raspberi, jeruk nipis
pai lemon meringue	Air es 
kue keping coklat	lemon, jeruk, ceri
Wafer Vanila	Puding
agar-agar	coklat: gula biasa & dikurangi
gula biasa & dikurangi 	vanila: gula biasa & dikurangi



Me

amgkat N tidak kamu

Kami menawarkan dua (2) pilihan
pilihan makanan yang berbeda.

PILIHAN A

MAKANAN UNGGULAN HARI INI

- Makanan lengkap termasuk hidangan utama, makanan sampingan, dan minuman
- Tidak diperlukan tindakan apa pun;
makanan Anda akan dikirimkan secara otomatis

PILIHAN B

BUAT-MAKANAN

- Pilih apa yang ingin Anda makan dari menu kami
- Untuk melakukan pemesanan **HUBUNGI 37951 (opsi 1)** dari
telepon rumah sakit Anda

SARAPAN

menelepon sebelum pukul 18:30 malam sebelumnya

MAKAN SIANG

telepon sebelum jam 10:45

MAKAN MALAM

telepon sebelum jam 15:45

Kami peduli.

Tujuan kami adalah untuk menyediakan Anda
pilihan makanan itu
memiliki nutrisi yang seimbang
dan beraroma.

Kami harap Anda menikmati kami
program makan.


Rumah Sakit Dataran Tinggi
1000 Jalan Selatan • Rochester, NY 14620
585-473-2200
www.highland.urmc.edu




HIGHLAND
HOSPITAL

MAKANAN UNGGULAN VEGETARIAN



SENIN

Makan siang **Bungkus Barat Daya** 
Makan malam **terong Parmesan**


SELASA

Makan siang **Ravioli Sayur dengan Saus Tomat** 
Makan malam **Keju Tortellini dengan Saus Tomat**

RABU

Makan siang **Cabai Vegetarian di atas Lasagna** 
Makan malam **Vegetarian Beras Merah** 

KAMIS

Makan siang **Piring Hummus** 
Makan malam **pasta Primavera** 

JUMAT

Makan siang **Burger Kacang Hitam** 
Makan malam **Kerang Isi**

SABTU

Makan siang **Pizza Keju Sandwich** 
Makan malam **Portobello Panggang**

MINGGU

Makan siang **Makaroni keju** 
Makan malam **Tumis Sayur**

SPESIFIK KEBUTUHAN

STAF NUTRISI KAMI DI SINI UNTUK MEMBANTU

- Pilihan makanan jika Anda menjalani diet yang dimodifikasi
- Alergi atau intoleransi makanan
- Preferensi makanan tertentu seperti pilihan
makanan Kosher, vegetarian, dan bebas gluten



MAKANAN UNGGULAN

SENIN

Sarapan	Roti bakar bacon, pisang, yogurt blueberry, jus jeruk, kopi
Makan siang	Sandwich Ayam Parmesan salad lempar, cangkir buah tropis, kue keping coklat
Makan malam	Panggang dalam Pot dengan Saus kentang tumbuk bawang putih, jagung, persik, serbat, susu

SELASA

Sarapan	Quiche Sayuran Taman kentang goreng rumahan, cangkir buah, yogurt stroberi, jus jeruk, kopi
Makan siang	Goulash brokoli, dinner roll, pir, brownies beku
Makan malam	Tenderloin Babi Mengkilap campuran wortel dan kacang, kentang bergigi, anggur, keripik apel, susu

RABU

Sarapan	Buttermilk Pancakes bacon, pisang, yogurt persik, jus jeruk, kopi
Makan siang	Ayam Prancis dengan Linguini kacang hijau dengan paprika merah, gelatin buah
Makan malam	Lasagna Salad Caesar, roti panggang bawang putih, cangkir buah, susu

KAMIS

Sarapan	Casserole Telur Panggang muffin blueberry mini, jeruk mandarin, yogurt raspberry, jus jeruk, kopi
Makan siang	Kalkun Panggang dengan Saus kentang tumbuk, casserole kacang hijau, saus apel, kue double chocolate chip
Makan malam	Tips Daging Sapi dengan Jamur mie telur, medley wortel dan kacang, puding vanilla, susu

JUMAT

Sarapan	Buttermilk Pancakes sosis, pisang, yogurt blueberry, jus jeruk, kopi
Makan siang	Sandwich Ikan kentang goreng, cole slaw, pir
Makan malam	Kerang Isi Ricotta stik roti bawang putih, salad campur, cangkir buah, susu

SABTU

Sarapan	Omelet keju kentang goreng rumahan, muffin blueberry mini, jeruk mandarin, yogurt persik, jus jeruk, kopi
Makan siang	Sandwich Daging Sapi Panggang Wajah Terbuka kentang tumbuk, kacang hijau dengan paprika merah, kue angel food dengan blueberry
Makan malam	Ayam Marsala nasi, brokoli, kue tar ceri, susu

MINGGU

Sarapan	wafel yogurt vanilla, irisan apel kayu manis hangat, jus jeruk, kopi
Makan siang	Makaroni dan keju piring sayur segar, cangkir buah
Makan malam	Pinggang Babi Panggang dengan Saus ubi tumbuk, kacang hijau, saus apel, susu

SARAPAN

BUAT-MAKANANSELEKSI

Makanan pembuka	
Telur Orak-arik kolesterol biasa atau rendah	Perebutan Tahu
Buttermilk Pancakes	Roti bakar
Omelet keju	Keju Cottage dan Piring Buah

Sereal

Havermut	Cheerios Kacang Madu
Krim gandum	Nasi Chex
Khusus K	granola
dedak kismis	

Sisi

Kentang Goreng Rumahan	Telur Rebus Keras
Sosis	Pondok keju
Daging babi asap	

Makanan yang Dipanggang

Roti panggang	muffin inggris
gandum, putih, gandum hitam	Muffin rasa blueberry
Bagel	
gandum, polos	

Buah

saus apel	Jeruk Mandarin
pisang	Persik
Bluberi	Buah pir
Anggur	nanas
Piala Buah	Piring Buah Kecil

yogurt

blueberry	Frambos
Stroberi	Vanila
Persik	ringen atau Yunani

Minuman

susu putih, 1% atau utuh, coklat, kedelai, Lactaid	Es Teh Tanpa Pemanis
Kopi teratur, tanpa kafein	Soda Pepsi, Diet Pepsi, Oranye
Teh hangat biasa, tanpa kafein, hijau	Jus buah apel, jeruk, cranberry, anggur, plum, minuman buah
Coklat panas biasa, gula dikurangi	

Tidak Mengandung Daging, Telur atau Susu

MAKAN SIANG MAKAN MALAM

BUAT-MAKANANSELEKSI

Sup

Krim Tomat	Labu Gurih
Mie ayam	Kaldu
Sayuran Kebun	daging sapi, ayam atau vegetarian

Makanan pembuka panas

diasinkan Dada ayam	Daging cincang
Jari Ayam	Spaghetti dengan Bakso
Kalkun Panggang	Makaroni dan Keju
Merica lemon Haddock	Ravioli sayur dengan Saos tomat
Nugget Ikan	jamur Stroganoff
Panggang dalam panci	

Makanan pembuka panggang

Roti isi daging/ Cheeseburger	Keju panggang
Sayuran Kebun	Sandwich Ayam
burgernya	Panggang Ham dan Keju
Burger Kacang Hitam	Tuna Meleleh

Makanan pembuka sandwich

Roti	Salad ayam
putih, gandum, gandum hitam	Salad tuna
Daging	Bacon Turkey Ranch Bungkus
kalkun, daging sapi panggang, ham	Selai Kacang dan Jelly
Keju	Bungkus Kenikmatan Sayuran
Amerika, provolone, Swiss	selada, mentimun, bawang bombay, wortel, hummus, keju opsional
Salad telur	

Makanan pembuka Pizza Pribadi

Keju	Peperoni
-------------	-----------------

Makanan pembuka salad

Salad Ayam Panggang dada ayam panggang, campur sayuran, tomat, mentimun	Salad Yunani dengan Tahu “Feta”
kenari cranberi Salad Ayam Panggang dada ayam panggang, campuran sayuran, apel, craisin, kenari	sayur campur, timun, tomat, bawang merah, tahu, zaitun kalamata
Keju cottage dan Piring Buah	Salad Kacang Ketumbar Barat Daya sayuran
saus salad Italia, Prancis, Peternakan, Caesar, Keju Biru, Minyak & Cuka	campur, jagung, paprika, bawang merah, seledri, kacang hitam, kacang cannellini, kacang garbanzo, daun ketumbar
	Piring Hummus
	hummus, wortel, tomat ceri, paprika hijau, keripik pita



BUAT PEMESANAN MAKANAN

HUBUNGI 37951 (opsi 1)untuk melakukan pemesanan Anda

SARAPAN harus dipesan paling lambat pukul 18:30 (malam sebelumnya)	MAKAN SIANG harus dipesan paling lambat pukul 10:45
	MAKAN MALAM harus dipesan paling lambat jam 15:45

Anda Dapat Memilih Satu (1) dari Masing-Masing:

Hidangan utama	Buah
Sayur-mayur	Hidangan penutup
Kentang/Nasi/Pasta	Minuman
Sampingan atau Sup	