

Meals On Wheels of Tampa RENAL FRIENDLY OTOÑO/INVIERNO menú - Enero 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Comida Festiva	2 Pechuga De Pollo Al Horno Pimientos asados y cebollas Col rizada adobada sodio 273 potasio 465 fósforo 234
5 Pollo al horno Cebada con pimientos y cebollas Judías verdes hervidas sodio 230 potasio 545 fósforo 218	6 Abadejo al horno (pescado) Brócoli hervido Coliflor Boleada sodio 270 potasio 601 fósforo 149	7 Muslo De Pollo Al Horno Guisantes Boleados con Menta Zzanahorias en polvo sodio 110 potasio 499 fósforo 206	8 Lomo De Cerdo Al Horno Cuscús con pimientos y cebollas Repollo hervido sodio 61 potasio 520 fósforo 229	9 Pollo al horno Arroz blanco Frijoles Verdes Boleados sodio 230 potasio 405 fósforo 230
12 Pollo al horno Clabacines hervidos Maíz Hervido sodio 320 potasio 583 fósforo 338	13 Abadejo al horno (pescado) Coliflor hervida Manzanas con canela sodio 252 potasio 534 fósforo 100	14 Hamburguesa de pub Cebollas y pimientos rojos Coliflor hervida Manzanas con canela sodio 322 potasio 559 fósforo 235	15 Pollo al horno Brócoli hervido Guisantes cocidos sodio 265 potasio 577 fósforo 319	16 Carne asada Calabaza De Verano Hervida Coliflor Boleada sodio 114 potasio 394 fósforo 200
19 Comida Festiva	20 Abadejo al horno (pescado) Pimiento Rojo Asado coliflor hervida sodio 230 potasio 476 fósforo 95	21 Espaguetis con brócoli Calabaza amarilla Coliflor sodio 25 potasio 511 fósforo 153	22 Lomo De Cerdo Al Horno Cuscús Col rizada hervida sodio 95 potasio 650 fósforo 254	23 Muslo De Pollo Al Horno Coliflor hervida Manzanas con canela sodio 87 potasio 378 fósforo 154
26 Muslo De Pollo Al Horno Cuscús Blanco Repollo hervido Judías verdes sodio 67 potasio 434 fósforo 166	27 Abadejo al horno (pescado) Coliflor hervida Manzanas con canela sodio 252 potasio 534 fósforo 100	28 Hamburguesa de pub Cebollas y pimientos rojos Coliflor hervida Manzanas con canela sodio 322 potasio 559 fósforo 235	29 Carne asada Calabaza chayote hervida Guisantes de olor empolvados sodio 126 potasio 495 fósforo 240	30 Pechuga De Pollo Al Horno Pimientos asados y cebollas Col rizada adobada sodio 273 potasio 465 fósforo 234

Todo el condimento utilizado tiene solo hierbas secas y cero sal. Los niveles de sodio, potasio y fósforo se calculan en base a lo siguiente: 3oz de proteína cocida, 1/2 taza de porción de vegetales, los granos son los siguientes: cuscús 1/3 taza, arroz blanco 1/4 taza y cebada 1/4 taza. Tenga en cuenta: toda la información nutricional enumerada solo reflejará la comida. No incluye ningún "extra" que pueda proporcionarse con las comidas, como guarniciones, ensaladas, postres, etc.

Todos los elementos del menú están sujetos a cambios según la disponibilidad del producto. Gracias de antemano por su comprensión.