



# Clásicos para niños

## Entradas

Cuenta de carb.

Hamburguesa o hamburguesa con queso	2
<i>Ingredientes:</i> Lechuga, tomate, cebolla,  pepinillos	
Pizza de queso	3
Bocaditos de pollo	1
Sándwich de queso a la parrilla	2
Pasta con salsa marinara o con salsa de carne	3
Macarrones con queso	2
Sándwich de mantequilla de cacahuete y mermelada	3
Quesadillas de queso con salsa de tomate	2

## Guarniciones

Puré de papas con salsa de carne o batatas	1
Papas fritas a la francesa	2
 Papas fritas o pretzels	2



*Verduras:* Judías verdes, zanahorias, maíz\*, brócoli

*Acompañamientos:* Ketchup, mostaza, mayonesa,  
 salsa BBQ,  aderezo ranchero




## *Refrigerios*

Cuenta de carb.

Manzana o naranja	1
Banana/plátano	2
Compota de manzana o copa de frutas	1
Duraznos o peras rebanadas	1
Galletas de barquillo de vainilla (6)	1
Galletas de animalitos	1
Galletas Graham (2 paquetes)	1
Galletas saladas (3 paquetes)	1
Yogurt bajo en calorías: Vainilla, arándanos, fresas o durazno	2
Pop Tarts® (2 pastelillos)	4
 Queso Cottage	0
 Rebanadas de queso: americano, Cheddar o suizo	0
Mantequilla de cacahuete	0



\*1 cuenta de carb. para pacientes que tengan una dieta restringida en cuenta de hidratos de carbono.

 No se recomienda para pacientes con dieta para cardíacos o de 2 gm. de sodio.