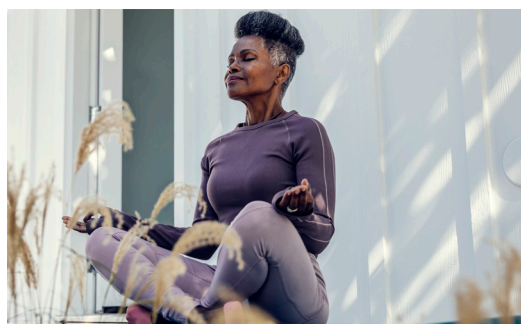


# Menú

Plan de Comidas Saludables

2025



Nourishment. Delivered.  
GAfoods.com



## Estamos Para Servirle

Es un placer para nosotros ser su proveedor de comidas a domicilio. Desde 1973, hemos brindado comidas a personas mayores, militares, niños y víctimas de desastres naturales entre otros. Somos el proveedor de comidas con más experiencia y confiable del mercado. Esperamos poder servirle en su nutrición alimenticia.

## Sus Beneficios Alimenticios

Sus comidas serán entregadas a su hogar. Le llamaremos para programar el día de entrega. Puede cambiar su día de entrega en cualquier momento sin ningún costo. Su administrador de caso ya lo ha inscrito.

## ¿Que Hay Dentro De La Caja?

Sus cajas de alimentos contienen comidas congeladas nutritivas que pueden incluir pan, jugos, fruta y bocadillos. Así usted recibe la nutrición adecuada que su cuerpo necesita.



## Tome Nota

- Cada caja contiene una variedad de comidas
- Las cajas de comida cambiarán en cada entrega, brindándole una amplia variedad
- Si su congelador está lleno, ofrecemos comidas que pueden almacenarse en su despensa

## ¿Cómo Funciona?



**Le llamaremos** durante la semana para programar su día de entrega. Si es elegible, podrá elegir entre diferentes cajas de comida temáticas.



**Nuestro Agente de Entrega o empresa de envío entregará** sus comidas en el día indicado.



**Nuestros Agentes de Entrega** pueden llevar la caja de comida dentro de su hogar. Pueden desempacar las comidas y colocarlas en el congelador. **Una empresa de envío solo llevará las comidas a su hogar.**



**¡Hora de comer!** Siga las instrucciones de calentamiento en la etiqueta de su comida y disfrúte.

## ¿Tiene Preguntas o Dudas?

Si tiene alguna pregunta, desea escoger una caja de comida en particular o necesita cambiar el día de entrega, por favor llámenos de 8 a.m. a 5 p.m. ¡Es un placer ayudarle y poder servirle!

**Teléfono:**  
**1-866-575-2772**

**Correo Electrónico:**  
**carecenter@gafoods.com**



## Sabor Mundial

TMS700003

- Pollo en Curry Rojo de Jengibre Tailandés** con ejotes y zanahorias.
- Pastel de Carne Clásico** con cebolla, batatas, chícharos y zanahorias.
- Pescado en Salsa Agridulce** acompañado de arroz integral con jengibre y edamame.
- Manicotti Alfredo** con maíz y zanahorias.
- Pollo General Tso** acompañado de arroz con jengibre, chícharos y zanahorias.
- Hamburguesa Teriyaki de Res** con verduras mixtas y arroz blanco.
- Pollo en Salsa Italiana** con ejotes y papas en cubos.

## Antojos Clásicos

TMS700006

- Pasta Bolognesa** con mezcla de verduras italianas.
- Estofado Casero de Pollo** con chícharos, zanahorias, manzanas frescas y fresas.
- Pastel de Carne en Tomate** guisado con puré de papas con queso y verduras mixtas.
- Chuleta de Cerdo a la Parrilla en Salsa Casera** acompañada de coles de Bruselas y puré de papas con perejil.
- Manicotti en Salsa de Tomate** con maíz.
- Camarones al Ajillo** sobre arroz integral con ejotes.
- Pollo Marsala** con calabaza moscada en cubos y ejotes.

- Disponible en plan alimenticio de **5 días**.
- Disponible en plan alimenticio de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.





## Cena Exquisita

TMS700009

- Albóndigas y Pasta Marinara** con ejotes.
- Pollo al Pastor** con frijoles negros y maíz confetti.
- Hamburguesa de Res en Salsa Marrón** con verduras mixtas y arroz integral.
- Pollo y Pastel de Pasta Rellena** con verduras mixtas, manzanas frescas y fresas.
- Macarrones Con Tres Quesos** acompañado de ejotes y zanahorias.
- Nuggets de Pescado** empanizado con zanahorias y puré de papas con perejil.
- Hamburguesa** con zanahorias y papas en cubos.

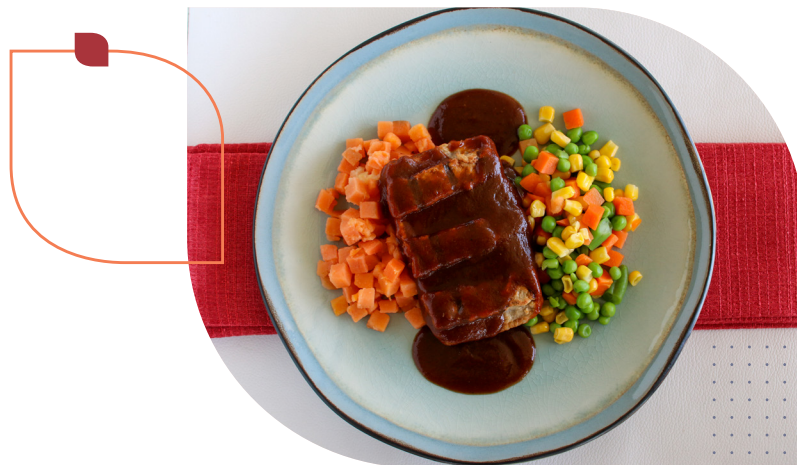
- Disponible en plan alimenticio de **5 días**.
- Disponible en plan alimenticio de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

## Escapada Gourmet

TMS700012

- Costillas de Cerdo en Barbacoa** acompañadas de puré de papas con ajo y verduras mixtas.
- Pechuga de Pollo Con Miel Mostaza** acompañada de papas en cubos y zanahorias.
- Tortilla Estilo Western** con papas de desayuno en cubos, manzanas frescas y fresas.
- Tazón Mediterráneo** con garbanzos y arroz integral, guisantes, zanahorias y calabacín.
- Burrito de Frijoles Estilo Southwest** con papas en chile, mezcla de ejotes y pimientos rojos.
- Hamburguesa de Res Con Salsa de Champiñones** acompañada de coles de Bruselas y puré de papas con ajo.
- Pollo en Salsa de Picadillo** con guisantes verdes y batatas.





## Tesoros de Cocina Familiar

TMS700015

- Empanada de Carne Con Salsa de Champiñones**, coles de Bruselas y puré de papas con ajo.
- Pescado Glaseado Con Miel de Naranja**, brócoli y puré de papas con ajo.
- Cerdo en Sofrito** con tomates guisados y batatas.
- Pollo en Salsa de Picadillo** con guisantes y batatas.
- Chuleta de Ternera a la Parrilla en Salsa Mostaza de Salvia** con zanahorias y papas en cubos.
- Huevos en Salsa Jardinera** con judías verdes y papas en cubos.
- Pollo Empanizado en Salsa Campestre de Pimienta** con coles de Bruselas, vegetales mixtos y mezcla de calabacines.

Disponible en plan alimenticio de **5 días**.

Disponible en plan alimenticio de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

## Fusión de Sabores

TMS700018

- Hamburguesa de Carne** con zanahorias y papas en cubos.
- Pollo Marsala** con judías verdes y calabaza moscada.
- Pescado Estilo Criollo** con arroz integral y maíz.
- Albóndigas en Salsa de Naranja** con judías verdes.
- Cerdo Agridulce** con arroz integral frito y maíz.
- Chili de Tres Frijoles Con Carne** acompañado de zanahorias y mezcla de calabacines
- Pasta Rellena en Salsa de Queso Con Brócoli** y maíz.





## Despierta y Brilla

TMS700036

- Burrito de Desayuno** con frijoles pintos y arándanos con piña.
- Huevos Con Salchicha en Salsa Campestre de Pimienta** con papas de desayuno en cubos y manzanas con canela y miel de arce.
- Tortilla de Huevo Estilo Western** con papas de desayuno en cubos y puré de manzana con fresas.
- Huevos Revueltos Jardineros** acompañado de papas en cubos con cebolla y manzanas con arándanos.
- Tortilla de Huevo Con Queso** acompañado de salchichas de pavo, papas de desayuno en cubos y granola con frutas.
- Tortilla de Huevo Con Queso en Sartén Con Salsa Jardinera**, papas de desayuno en cubos y duraznos especiados.
- Tortilla de Huevo Ranchero Con Queso** acompañado de chorizo de pollo, papas de desayuno en cubos con cebolla y peras con arándanos.

- Disponible en plan alimenticio de **5 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

**NOTA: NUESTRAS COMIDAS VEGETARIANAS  
CONTIENEN HUEVOS Y PRODUCTOS LÁCTEOS.**

## Delicia Vegetariana

TMS700033

- Burrito de Desayuno** con frijoles pintos y arándanos con piña.
- Tazón Mediterráneo** con garbanzos y arroz integral, guisantes, zanahorias y calabacín.
- Burrito de Frijoles Mexicanos en Salsa Estilo Southwest** acompañado de papas con chile y mezcla de judías verdes y pimientos rojos.
- Huevos Revueltos Jardineros** acompañado de papas en cubos con cebolla y manzanas con arándanos.
- Macarrones Con Queso y Chorizo Vegano** con verduras mixtas.
- Manicotti en Salsa de Tomate** y verduras mixtas.
- Pasta Rellena en Salsa de Queso con Brócoli** y manzanas con arándanos.



## Café de Fusión Asiática

TMS700038

**Chuleta de Cerdo en Salsa Agridulce** con arroz frito y maíz con perejil.

**Costilla de Cerdo en Salsa Barbacoa Coreana** con brócoli y fruta de coco Mandarin con piña.

**Pollo en Salsa de Curry Rojo Con Jengibre Estilo Tailandés** con judías verdes y zanahorias.

**Pescado en Salsa Agridulce** con arroz integral al jengibre y edamame.

**Hamburguesa de Res en Salsa Teriyaki** con arroz blanco y verduras mixtas.

**Pollo Estilo General Tso** con arroz al jengibre y guisantes con zanahorias.

**Albóndigas en Salsa de Naranja** con arroz blanco y judías verdes.

## Favoritos de la Cocina Latina

TMS700035

**Burrito de Frijoles Mexicanos en Salsa Estilo Southwest** acompañado de papas con chile y mezcla de judías verdes y pimientos rojos.

**Pollo al Pastor** con maíz y frijoles negros.

**Hamburguesa de Chuleta de Cerdo en Sofrito** con tomates guisados, cilantro y batatas.

**Macarrones con Queso y Chorizo Vegano** con verduras mixtas.

**Hamburguesa de Pollo en Salsa de Picadillo** con guisantes y batatas.

**Tortilla de Huevo Ranchero con Queso** acompañada de chorizo de pollo, papas de desayuno en cubos con cebolla, y peras con arándanos.

**Burrito de Frijoles Mexicanos en Queso** con maíz y zanahorias.

Disponible en plan alimenticio de **5 días**.





Las Comidas de Despensa son estables a temperatura ambiente, nutritivas y listas en pocos minutos mediante una breve preparación. Empacadas en envases fáciles de abrir y convenientes ya que no requieren refrigeración. Nuestras comidas incluyen marcas como Nature Valley®, Kraft® y Keebler®.

## Opción 1

SS001067

- Papas, Jamón y Queso** con jugo de fruta, taza de fruta, pasas y semillas de girasol.
- Estofado de Pollo** con jugo de fruta, taza de fruta, maní y una galleta.
- Lasaña** con jugo de fruta, taza de fruta, maní y avena.
- Chili Mac** con jugo de fruta, taza de fruta y mezcla energética de frutos secos.
- Ensalada de Pollo** con jugo, mayonesa, tortillas de harina, bocadillos de fruta y galletas Graham.
- Desayuno** con jugo de fruta, mermelada, barras de granola y semillas de girasol.
- Carne de Res en Barbacoa** con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla energética de frutos secos y avena.

Disponible en plan alimenticio de **5 días**.

Disponible en plan alimenticio de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

## Opción 2

SS001066

- Lasaña** con jugo de fruta, taza de fruta, maní y avena.
- Ensalada de Atún** con mayonesa ligera, tortillas de harina, bocadillos de fruta y mezcla energética de frutos secos.
- Chili de Carne Con Frijoles** con jugo de fruta, puré de manzana, maní, pasas y una galleta.
- Desayuno** con jugo de fruta, cereal Mini W/heats, mermelada, barras de granola y semillas de girasol.
- Estofado de Pollo** con jugo de fruta, taza de fruta, maní y una galleta.
- Chili Mac** con jugo de fruta, taza de fruta y mezcla energética de frutos secos.
- Pollo y Pasta** con jugo de fruta, bocadillos de fruta, taza de fruta y semillas de girasol.





Nuestras Comidas de Despensa ofrecen desayunos estables a temperatura ambiente, nutritivos y listos en pocos minutos mediante una breve preparación.

## Desayuno

SS700004

- Cereal de Avena Tostada** con jugo de fruta, taza de fruta, desayuno instantáneo, mantequilla de maní y barra Nutri-Grain.
- Cereal de Pasas** con jugo de fruta, taza de fruta, mantequilla de maní, sémola instantánea y desayuno instantáneo.
- Granola de Arándano y Vainilla** con jugo de fruta, puré de manzana, mantequilla de maní y avena (x2).
- Cereal de Hojuelas de Trigo Marca All-Bran** con jugo de fruta, taza de fruta, avena instantánea, desayuno instantáneo y mantequilla de maní.
- Granola de Arándano y Vainilla** con jugo de fruta, taza de fruta, mantequilla de maní, desayuno instantáneo y barra Nutri-Grain.

**Cereal Mini Wheats** con puré de manzana, jugo de fruta, avena instantánea y mantequilla de maní.

**Cereal de Hojuelas de Trigo Marca All-Bran** con jugo de fruta, taza de fruta, mantequilla de maní, avena instantánea (x2) y barra de granola.

- Disponible en plan alimenticio de **5 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

*Todas las comidas son servidas con leche de alta temperatura.*





## Opción 1

SS700002

**Estofado de Pollo** con jugo de fruta, puré de manzana, maní y barra Nutri-Grain.

**Ensalada de Pollo** con taza de fruta, mayonesa, tortillas de harina (x2), pasas y una galleta.

**Carne de Res en Barbacoa** con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra Nutri-Grain.

**Desayuno** con jugo de fruta, mantequilla de maní, cereal Mini Wheats, pasas y avena.

**Chili Mac** con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y taza de fruta.

**Pollo y Pasta** con jugo de fruta, maní, barra Nutri-Grain y taza de fruta.

**Estofado de Carne de Res** con jugo de fruta, barra de granola Nature Valley, semillas de girasol y una galleta.

*Todas las comidas se sirven con leche en polvo fortificada sin grasa.*

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

## Opción 2

SS700003

**Ensalada de Atún** con mayonesa, tortillas de harina (x2), galletas Graham, mezcla de mango con piña, y taza de fruta.

**Desayuno** con jugo de fruta, mantequilla de maní, cereal Mini Wheats, pasas y avena.

**Pollo y Pasta** con jugo de fruta, maní, barra Nutri-Grain y taza de fruta.

**Lasaña** con mezcla de mango y piña, barra de granola Nature Valley, puré de manzana y una galleta.

**Ensalada de Pollo** con taza de fruta, mayonesa, tortillas de harina (x2), pasas y una galleta.

**Chili Mac** con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y taza de fruta.

**Cerdo Con Frijoles** acompañado de jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola Nature Valley.

*Todas las comidas se sirven con leche en polvo fortificada sin grasa.*



## Opción 1

SS500004

**Carne de Res en Barbacoa** con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla de frutos secos energéticos y barra Nutri-Grain.

**Ensalada de Pollo** con taza de frutas, mayonesa, tortillas de harina (x2), pasas y una galleta.

**Desayuno** con jugo de fruta, mantequilla de maní, cereal Mini Wheats, pasas y avena.

**Cerdo Con Frijoles** acompañado de jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola Nature Valley.

**Chili Mac** con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y taza de fruta.

*Todas las comidas se sirven con leche en polvo fortificada sin grasa.*

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

## Opción 2

SS500005

**Desayuno** con jugo de fruta, mantequilla de maní, cereal Mini Wheat, pasas y avena.

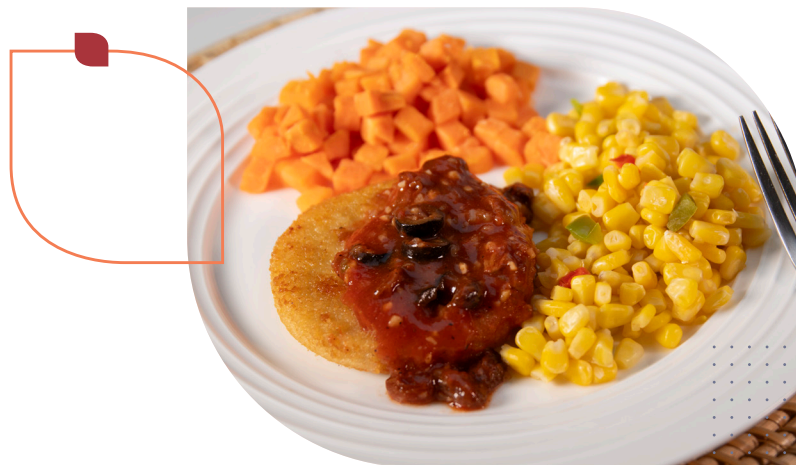
**Lasaña** con mezcla de mango y piña, puré de manzana, barra de granola Nature Valley y una galleta.

**Ensalada de Atún** con mayonesa, tortillas de harina (x2), galletas Graham (x2), mezcla de mango y piña, y taza de frutas.

**Pollo Con Pasta** acompañado de jugo de fruta, frutas mixtas, barra Nutri-Grain y cacahuates.

**Chili Mac** con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y taza de fruta.

*Todas las comidas se sirven con leche en polvo fortificada sin grasa.*





GAfoods.com • 1-866-575-2772

