



Nourishment. Delivered.

Menú de Planes de
Comidas Saludables - 2026



Diseñado por Dietistas
Nutrición en la que
puede confiar



Inspirado por Chefs
Delicioso. Siempre.



Entregado a Usted
Entregado fresco a
su puerta.

gafoods.com



1-866-575-2772

Estamos Para Servirle

Es un placer para nosotros ser su servicio de comidas a domicilio. Hemos servido comidas a adultos mayores, militares, niños, víctimas de desastres y otros desde 1973. Somos el proveedor de comidas más confiable y con más experiencia. Esperamos servirle comidas nutritivas.

Sus Beneficios Alimenticios

Sus comidas serán entregadas a su hogar. Le llamaremos para programar su día de entrega. Puede cambiar su día de entrega en cualquier momento. No tiene ningún costo. Su administrador de caso ya lo ha inscrito.

¿Qué Hay Dentro de la Caja?

Sus cajas de comida contienen comidas congeladas saludables y pueden contener pan, jugos, tazas de fruta y bocadillos. Esto es para que reciba la buena nutrición que su cuerpo necesita.



Consejos

- Cada caja de comida contiene varias comidas diferentes
- Las cajas de comida cambiarán con cada entrega brindándole mucha variedad
- Ofrecemos comidas que se pueden almacenar en su despensa si su congelador se llena

¿Cómo Funciona?



1

Le llamaremos para programar su día de entrega.



2

Sus comidas son preparadas y empacadas cuidadosamente.



3

Entregamos en su puerta en su día de entrega.



4

¡Caliente, disfrute y nutra su salud!

¡Preguntas? ¡Estamos aquí para ayudarle!

1-866-575-2772 | carecenter@gafoods.com | gafoods.com

Planes de Comidas de 7 Días | Rotación Estándar del Chef



□ Disponible en plan de comidas de **5 días**.

□ Disponible en plan de comidas de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Recetas del Vecindario

TMS700171



- **Pollo Piccata con Hierbas** con frijoles norteños, zanahorias y ejotes.
- **Pasta Boloñesa** con mezcla de verduras italianas.
- **New York Strip en Salsa de Mostaza y Salvia** con zanahorias y papas en cubos.
- **Manicotti Alfredo al Horno** con maíz y zanahorias.
- **Pollo General Tso** con arroz al jengibre, chícharos y zanahorias.
- **Tortilla Española Picante** con frijoles bayos sazonados y camotes.
- **Cazuela Cremosa de Stroganoff** con coles de Bruselas y zanahorias.

Café de la Acera

TMS700174



- **Pastel de Carne Casero en Salsa de Tomate** con tomates guisados y puré de papas.
- **Pollo Tropical** con edamame, zanahorias y arroz de coco.
- **Cerdo Estilo Bulgogi Coreano** con brócoli y piñas con arándanos.
- **Picadillo de Res** con maíz y ejotes.
- **Pollo a la Marinara Estilo Italiano** con ejotes y papas en cubos.
- **Burrito de Frijoles con Salsa del Suroeste** con ejotes, pimientos rojos y papas con chile.
- **Albóndigas en Salsa Agridulce de Naranja** con ejotes y arroz blanco.



□ Disponible en plan de comidas de **5 días**.

□ Disponible en plan de comidas de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Favoritos del Campo

TMS700177



- **Sándwich Clásico de Pastel de Carne con Cebollas** con camotes, chícharos y zanahorias.
- **Chuleta de Cerdo Casera en Salsa** con coles de Bruselas y puré de papas con perejil.
- **Pollo Empanizado con Salsa Campestre de Pimienta** con coles de Bruselas, verduras mixtas y medley de calabacín.
- **Tortilla Western** con papas en cubos y compota de manzana con canela.
- **Nuggets de Pescado Empanizados** con ejotes, pimientos rojos y zanahorias.
- **Chili de Tres Frijoles con Carne** con medley de calabacín.
- **Costilla de Cerdo Glaseada al BBQ** con puré de papas con ajo y verduras mixtas.

Escapada Gourmet

TMS700180



- **Manicotti en Salsa de Tomate y** verduras mixtas.
- **Pollo Rústico y Pastelillo de Pasta Rellena** con verduras mixtas y postre de manzana con fresa.
- **Cazuela Cremosa de Stroganoff** con coles de Bruselas y zanahorias.
- **Pollo Pasta Fagioli** con peras pochadas.
- **Estofado de Lentejas** con manzana, durazno y piña.
- **Hamburguesa de Res en Salsa Teriyaki** con verduras mixtas y arroz blanco.
- **Pollo Tikka Masala Aromático** con brócoli y arroz integral.

Planes de Comidas de 7 Días | Rotación Estándar del Chef



□ Disponible en plan de comidas de **5 días**.

□ Disponible en plan de comidas de **2 días**.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Plato Tejano

TMS700186



- **Tazón Fiesta de Tacos de Pollo** con arroz integral, tomates guisados y maíz.
- **Burrito de Frijoles Mexicanos con Queso** con zanahorias y maíz.
- **Albóndigas en Salsa Agri dulce de Naranja** con arroz blanco y ejotes.
- **Chuleta de Cerdo en Sofrito Sabroso** con chícharos verdes y camotes.
- **Huevo con Chorizo y Salsa Campestre de Pimienta** con manzanas con canela y papas de desayuno.
- **Mac y Cheese** con verduras mixtas.
- **Nuggets de Pescado Estilo Creole** con ejotes y arroz integral.

Todo Americano

TMS700183



- **Mac y Cheese de Tres Quesos** con ejotes y zanahorias
- **Hash de Huevo y Verduras** con manzanas con arándanos y papas en cubos.
- **New York Strip** con zanahorias y papas en cubos.
- **Cazuela de Pimiento Relleno** con arroz blanco, calabaza amarilla y chícharos.
- **Pollo Suizo con Champiñones** con ejotes y zanahorias.
- **Albóndigas Estilo Italiano con Pasta y ejotes.**
- **Pollo Empanizado con Salsa Campestre de Pimienta** con verduras mixtas, medley de calabacín y coles de Bruselas.

Planes de Comidas de 7 Días | Especialidades Estándar



□ Disponible en plan de comidas de 5 días.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Despierta y Brilla

TMS700209



- **Tazón de Avena Abundante** con compota de bayas mixtas y hash de camote.
- **Huevo con Chorizo y Salsa Campestre de Pimienta** con papas de desayuno en cubos y manzanas con canela.
- **Tortilla Estilo Western** con papas de desayuno en cubos y compota de manzana con canela.
- **Hash de Huevo y Verduras** con papas de desayuno con cebolla y manzanas con arándanos.
- **Tortilla Española Picante** con camotes y frijoles bayos.

Panquecas Doradas con Huevo con Pimienta con chorizo de pavo y compota de fresa.

Tortilla Ranchera con Queso con papas de desayuno con cebolla y peras con arándanos.

Delicias Vegetarianas

TMS700157



- **Manicotti en Salsa de Tomate** y verduras mixtas.
- **Estofado Sabroso de Lentejas** con manzana, durazno y piña.
- **Burrito de Frijoles con Salsa del Suroeste** con papas con chile y mezcla de ejotes y pimienta roja.
- **Tazón de Avena Abundante** con compota de bayas mixtas y hash de camote.
- **Mac y Cheese** con verduras mixtas

Burrito de Frijoles Mexicanos con Queso con zanahorias y maíz.

Pasta Rellena en Salsa de Queso con Brócoli con maíz.

Nota: nuestras comidas vegetarianas contienen huevos y productos lácteos.

Planes de Comidas de 7 Días | Comidas Culturalmente Diversas



□ Disponible en plan de comidas de 5 días.

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Café Fusión Asiática

TMS700211



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

Cerdo Estilo Bulgogi Coreano con brócoli y piñas con arándanos.

Pollo Tropical con edamame, zanahorias y arroz de coco integral.

Pescado Glaseado Agridulce con arroz integral al jengibre y edamame.

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

Pollo General Tso con arroz al jengibre, chícharos y zanahorias.

Albóndigas en Salsa Agridulce de Naranja con arroz blanco y ejotes.

Favoritos de la Cocina Latina

TMS700159



□ **Burrito de Frijoles Mexicanos con Salsa del Suroeste** con papas con chile y mezcla de ejotes y pimiento rojo.

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

□ **New York Strip en Salsa de Picadillo** con maíz confeti y ejotes.

□ **Tazón de Tacos de Pollo** con tomates guisados y maíz.

□ **Tortilla Ranchera con Queso** con papas de desayuno con cebolla y peras con arándanos.

Mac y Cheese con verduras mixtas.

Chuleta de Cerdo en Salsa Sofrito con chícharos verdes y camotes.

Planes de Comidas de 7 Días | Despensa

Las Comidas de Despensa ofrecen una comida nutritiva y estable a temperatura ambiente en minutos con mínima preparación. Empacadas en envases fáciles de abrir, estas comidas son convenientes de tener a mano ya que no requieren refrigeración. Las comidas incluyen marcas como Nature Valley®, Kraft® y Keebler®.

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

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

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Opción 1

SS700011

-  **Comida de 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.
-  **Comida de Desayuno** con jugo de fruta, mermelada, barra de granola y semillas de girasol.
-  **Comida de Res a la BBQ** con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla energética de frutos secos y avena.

Opción 2

SS700010

-  **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 Res con Frijoles** con jugo de fruta, puré de manzana, maní, pasas y una galleta.
-  **Comida de Desayuno** con jugo de fruta, Cereal Mini Wheats, mermelada, barra 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.

Planes de Comidas de 7 Días | Despensa

Las Comidas de Despensa ofrecen una comida de desayuno nutritiva y estable a temperatura ambiente en minutos con mínima preparación.

□ Disponible en plan de comidas de **5 días**. - SS500012

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Desayuno

SS700009

- **Cereal de Avena Tostada** con jugo de fruta, taza de fruta, desayuno instantáneo, mantequilla de maní y barra de granola.
- **Cereal Mini Wheats** con puré de manzana, maní, desayuno instantáneo y barra de granola.
- **Cereal de Hojuelas de Trigo All Bran** con jugo de fruta, avena, desayuno instantáneo y mantequilla de maní.
- **Cereal Corn Flakes** con jugo de fruta, avena x2 y semillas de girasol.
- **Cereal Mini Wheats** con jugo de fruta, avena y semillas de girasol.

Avena Instantánea con jugo de fruta, mantequilla de maní y barra de granola.

Cereal Raisin Bran con jugo de fruta, semillas de girasol, grits instantáneos y desayuno instantáneo.

Todas las comidas se sirven con leche de larga duración (no refrigerada)

Planes de Comidas de 7 Días | Despensa Premium

Opción 1

SS700007

Estofado de Pollo con jugo de fruta, puré de manzana, maní y barra de granola.

Ensalada de Pollo con taza de fruta, mayonesa, tortilla de harina x2, pasas y una galleta.

Res a la BBQ con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola.

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.

Comida de Estofado de Res con jugo de fruta, barra de granola, semillas de girasol y una galleta.

Pollo y Pasta con jugo de fruta, maní, barra de granola y taza de fruta.

Opción 2

SS700008

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

Comida de Desayuno con jugo de fruta, mantequilla de maní, Cereal Mini Wheats, pasas y avena.

Pollo y Pasta con jugo de fruta, maní, barra de granola y taza de fruta.

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

Ensalada de Pollo con taza de fruta, mayonesa, tortilla 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 con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola.

Todas las comidas se sirven con leche de larga duración (no refrigerada)

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

Planes de Comidas de 5 Días | Despensa Premium

Opción 1

SS700010

Res a la BBQ con jugo de fruta, taza de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola.

Ensalada de Pollo con taza de fruta, mayonesa, tortilla de harina x2, pasas y una galleta.

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

Comida de Cerdo con Frijoles con jugo de fruta, mezcla energética de frutos secos y barra de granola.

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

Opción 2

SS700011

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

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

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

Comida de Pollo y Pasta con jugo de fruta, frutas mixtas, barra de granola y maní.

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

Todas las comidas se sirven con leche de larga duración (no refrigerada)

Según disponibilidad del producto. Se pueden hacer sustituciones.

¿Necesita hacer una referencia? Escanee y siga los pasos



gafoods.com



1-866-575-2772



Delivered.