

Gluten Free Diet or Avoiding Gluten



Your diet, like your medication, is an important part of your treatment and may speed your recovery. Your doctor has ordered a Gluten Free Diet or the Avoiding Gluten Diet for you. Meals on this menu are prepared with food items that are gluten free and prepared with the least exposure to other gluten food items.

While on this diet you will be served:

Grains and plant foods that are free of gluten, such as corn, potatoes, quinoa, rice, legumes, oats, soy and nuts and seeds.

You will not be served:

Foods and food products that contain gluten, a protein found in wheat, barley, and rye. These ingredients are found in many food products, including bread, pasta, cereal, cakes and cookies.



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

Nutrition Choices for your Health

*For more information on your diet,
contact Food & Nutrition Services.*

Dieta sin Gluten o Evitando el Gluten



Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y puede acelerar su recuperación. Su médico ha recetado una dieta sin gluten o evitando el gluten para usted. Las comidas de este menú se preparan con alimentos sin gluten y se preparan con la menor exposición a otros alimentos con gluten.

Mientras esté en esta dieta, usted recibirá:

Granos y alimentos vegetales libres de gluten, como maíz, papas, quinoa, arroz, legumbres, avena, soya, nueces, y semillas.

Usted no recibirá:

Alimentos y productos alimenticios que contienen gluten, una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada, y el centeno. Estos ingredientes se encuentran en muchos productos alimenticios, como pan, pasta, cereales, pasteles, y galletas.



Alternativas Nutricionales Para su Salud

Si desea más información sobre su dieta, comuníquese con el Departamento de Nutrición y Alimentos.