

Regular Diet



Your diet, like your medication, is an important part of your treatment and may speed your recovery. Your doctor has ordered a Regular Diet for you.

For healthful eating, choose daily:

- Breads, Grains, and Cereals - 6 or more servings
 - Fruits - 2 to 4 servings
 - Vegetables - 3 to 5 servings
 - Meat, Poultry, Fish, or Meat Substitutes - 2 servings
 - Milk or Dairy Products - 2 to 3 servings
-



Nutrition Choices for your Health

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

Dieta Regular



Su dieta, al igual que sus medicinas, es una parte importante de su tratamiento y puede ayudarle a recuperar más rápido. Su doctor le ha ordenado una dieta regular.

Para una alimentación más saludable escoja diariamente:

- Panes, Granos y Cereales - 6 ó más porciones
 - Frutas - 2 a 4 porciones
 - Vegetales - 3 a 5 porciones
 - Carne, Aves, Pescado o Substitutos de Carne - 2 porciones
 - Leche o productos lácteos - 2 a 3 porciones
-



Alternativas Nutricionales Para su Salud

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