

# Menú para dieta blanda

alta en calcio para brackets e implantes dentales



Unidad Del Ángel

# Menú para dieta blanda

alta en calcio para brackets e implantes dentales

## Desayunos:

### Opción a)

Malteada de leche con plátano y chocolate en polvo.

### Opción b)

Huevo revuelto (en sartén de teflón sin aceite) con salsa roja colada.

### Opción c)

papaya con queso contaje.

## Colación:

### Opción a)

Gelatina de leche.

### Opción b)

Plátanos con crema acida y azúcar

## Comida:

### Opción a)

Albóndigas de pollo con verduras.

### Opción b)

Consomé de pollo con verduras.

### Opción c)

Pescado a la plancha con crema de champiñones.



Unidad De

# Menú para dieta blanda

alta en calcio para brackets e implantes dentales

## Colación:

- Opción a)  
Papaya picada.
- Opción b)  
Flan.
- Opción c)  
Capuchino frappé.



## Cena:

- Opción a)  
Frijoles cocidos y colados con queso Oaxaca
- Opción b)  
Yogurt con fruta.
- Opción c)  
Lasaña.

## Recomendaciones:

- Prefiere la leche light.
- Si eres intolerante utiliza lácteos deslactosados.
- Utiliza sartenes de teflón, para no usar aceites ni grasas.
- Consume carnes blancas en lugar de carnes rojas o de puerco.
- Consume frutas sin semillas.





# Unidad Del Ángel

Av. Valdepeñas N. 2600-85 en Lomas de Zapopan

(33) 3165 4561

(33) 1199 9107

133 1364 3222

[unidaddelangel.com](http://unidaddelangel.com)