

# Easy to Chew (EC7)

International Dysphagia Diet  
Standardization Initiative (IDDSI)



**Your diet, like your medication,  
is an important part of your treatment  
and is designed to ensure you are safe.**

**Your doctor has ordered an  
Easy to Chew (EC7) Diet for you.**

---

**While on this diet you will be served:**

- Foods that are soft and tender
- Foods that you will need to chew

**You will not be served:**

- Foods that will cause you to tire easily or that you need to bite
  - Foods that are dry, crunchy, hard, or tough
- 



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

# Fácil de Masticar (EC7)

Iniciativa Internacional para  
Estandarizar la Dieta para Disfagia  
(IDDSI por sus siglas en inglés)



Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y está diseñada para proveerle seguridad al tragar. Su médico ha recetado una dieta fácil de masticar (EC7) para usted.

---

**Mientras esté en esta dieta, usted recibirá:**

- Alimentos suaves y tiernos
- Alimentos que necesitará morde

**Usted no recibirá:**

- Alimentos que harán que se canse fácilmente o que necesite morder
  - Alimentos secos, crujientes, o duros
- 



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

# 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.

---



*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, quínoa, 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.

---



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

# Clear Liquid Diet



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

---

## **While on this diet you will be served:**

- Clear liquids such as cranberry juice, apple juice, grape juice, coffee, and tea
- Clear broth, clear flavored gelatin, fruit ices, and popsicles

## **You will not be served:**

- Milk or cream with your coffee/tea
- 



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

# Dieta de Líquidos Claros



**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 de Líquidos Claros.**

---

**Mientras usted esté en esta dieta, su comida será preparada especialmente:**

- Líquidos claros como jugos de arándanos, manzana, uvas; café y té
- Caldos claros, gelatina, paletas congeladas

**No se le servirá:**

- Leche o crema con su café o té
- 



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

# Gastrointestinal/ Surgical Soft Diet



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

---

**While on this diet you will be served:**  
Foods that are easy to digest like lean meats, plain pasta and rice, canned fruits, and cooked vegetables.

**You will not be served:**  
Foods that may cause gas such as broccoli, cauliflower, cabbage, onion, and garlic.

Please notify Food & Nutrition Services of any other foods that cause you discomfort.

---



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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

# Dieta de Consistencia Suave Para Despues de Cirugía



**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 de consistencia suave para después de cirugía.**

---

**Mientras esté en esta dieta, se le servirá:**

Alimentos fáciles de digerir como carnes magras, pasta y arroz simples, frutas enlatadas, y vegetales cocidos.

**Mientras esté en esta dieta no se le servirá:**

Alimentos que puedan causarle gases como brócoli, coliflor, repollo, cebolla y ajo.

Por favor, notifique al Departamento de Nutrición y Alimentos si hay algún otro alimento que le causa malestar.

---



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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



# Low Cholesterol, Sodium Restricted Diet



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

---

## **While on this diet you will be served:**

- Lean meats or meat substitutes
- Low fat dairy products
- Low fat salad dressings
- Low fat sauces and gravies
- Low sodium soups and broth

Foods high in saturated fat, such as margarine or desserts containing fat, will also be limited. A salt packet will not be on your tray.

---



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

# Dieta Baja en Colesterol y Sodio



**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 baja en colesterol y sodio.**

---

**Mientras usted esté en esta dieta, se le servirá:**

- Carne magra o substitutos de carne
- Leche y productos lácteos bajos en grasa
- Aderezos para ensalada bajos en grasa
- Salsas bajas en sal
- Caldos y sopas bajos en sal

Alimentos altos en grasas como margarina o postres con mucha grasa serán limitados. No se incluirá un paquete de sal en su bandeja.

---



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

# Mechanical Soft Diet



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

---

**While on this diet, you will be served:**

- Foods that are soft and easy to chew and swallow.

Your meat may also be chopped or ground.

---



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

# Dieta Suave



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

---

**Mientras usted esté en esta dieta, se le servirá:**

- Alimentos suaves y fáciles de masticar y tragar.

**Su carne será cortada en trocitos pequeños o molida.**

---

morrison  
healthcare



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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

# 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
- 



*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
- 



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

# Salt or Sodium Restricted Diet



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

---

**While on this diet, you will not be served:**

- A salt packet on your tray
- Processed cheese or cured, salted, or smoked meats such as bacon, luncheon meats, hot dogs, sausage, and ham.

**You will be served:**

- Low sodium soups and broths
  - Herbs and spices will be used to season your foods in place of high sodium seasonings.
- 



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

# Dieta Baja en Sal o Sodio



**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 baja en sodio.**

---

**Mientras usted esté en esta dieta, no se le servirá:**

- No se le incluirá sal con la comida.
- Quesos procesados; carnes curadas, saladas o ahumadas como tocino, carnes frías, salchichas, embutidos y jamón.

**Se le servirá:**

- Caldos y sopas bajos en sal.
  - Se usarán hierbas y especias para sazonar su comida en vez de sazonadores altos en sodio o sal.
- 



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



# Minced and Moist (MM5)

## International Dysphagia Diet Standardization Initiative (IDDSI)



**Your diet, like your medication,  
is an important part of your treatment  
and is designed to ensure you are safe.  
Your doctor has ordered a Minced and  
Moist (MM5) Diet for you.**

---

### **While on this diet you will be served:**

- Foods that require minimal chewing
- Foods that are moist but not too wet

### **You will not be served:**

- Foods that you will need to chew or bite
  - Foods that are too sticky or too firm
  - Regular breads
- 



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

# Picados y Húmedos (MM5)

Iniciativa Internacional para  
Estandarizar la Dieta para Disfagia  
(IDDSI por sus siglas en inglés)



**Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y está diseñada para proveerle seguridad al tragar. Su médico ha recetado una dieta picada y húmeda (MM5) para usted.**

---

**Mientras esté en esta dieta, usted recibirá:**

- Alimentos que requieren una mínima masticación
- Alimentos húmedos, pero no demasiado húmedos

**Usted no recibirá:**

- Alimentos que necesitará masticar o morder
  - Alimentos que son demasiado pegajosos o demasiado duros
  - Panes regulares
- 



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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

# Pureed Diet (PU<sub>4</sub>)

International Dysphagia Diet  
Standardization Initiative (IDDSI)



**Your diet, like your medication,  
is an important part of your treatment  
and is designed to ensure you are safe.  
Your doctor has ordered a Pureed Diet  
(PU<sub>4</sub>) for you.**

---

## **While on this diet you will be served:**

- Foods that are smooth and without lumps
- Foods that are moist but not too wet

## **You will not be served:**

- Foods that you will need to chew
  - Foods that are too sticky or too firm
- 



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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

# Dieta en Puré (PU4)

Iniciativa Internacional para  
Estandarizar la Dieta para Disfagia  
(IDDSI por sus siglas en inglés)



**Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y está diseñada para proveerle seguridad al tragar. Su médico ha recetado una dieta en puré (PU4) para usted.**

---

**Mientras esté en esta dieta, usted recibirá:**

- Alimentos suaves y sin grumos
- Alimentos húmedos, pero no demasiado húmedos

**Usted no recibirá:**

- Alimentos que necesitará masticar
  - Alimentos que son demasiado pegajosos o demasiado duros
- 



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

# Renal Diabetic Diet



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

---

**While on this diet, your meals may limit one or more of the following:**

- Protein portions may be limited if needed – includes meat, fish, poultry, nuts, beans, and plant-based proteins such as tofu, tempeh, and edamame.
  - Sodium – found in cured meats (bacon/ham) and other highly processed foods
  - Potassium – high in some fruits and vegetables
  - Phosphorus (may be limited if blood levels are high) – found in dairy products, colas, and highly processed foods
  - Fluids or foods that are liquid at room temperature
  - Sugars and sweets – found in desserts, candy, syrups, and honey
- 



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

# Dieta Diabética Renal



**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 Diabética Renal.**

---

**Mientras usted esté en esta dieta sus comidas estarán limitadas en uno o más de los siguientes:**

- Proteína - se encuentra en los huevos; la carne; la leche y productos lácteos, como el queso
  - Sodio - se encuentra en las carnes curadas (jamón, tocino)
  - Potasio-se encuentra en algunas frutas y vegetales
  - Fósforo-se encuentra en la leche, nueces, chocolate y sodas
  - Líquidos o alimentos líquidos a temperatura ambiente
  - Azúcar y dulces-se encuentra en los postres, dulces, sirop y miel
- 



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

# Renal Diet



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

---

**While on this diet, your meals may limit one or more of the following:**

- Protein portions may be limited if needed – includes meat, fish, poultry, nuts, beans, and plant-based proteins such as tofu, tempeh, and edamame.
  - Sodium – found in cured meats (bacon/ham) and other highly processed foods
  - Potassium – high in some fruits and vegetables
  - Phosphorus (may be limited if blood levels are high) – found in dairy products, colas, and highly processed foods
  - Fluids or foods that are liquid at room temperature
- 



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

# Dieta Renal



**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 Renal.**

---

**Mientras usted esté en esta dieta, sus comidas estarán limitadas en uno o más de los siguientes:**

- Proteína - se encuentra en los huevos; la carne; la leche y productos lácteos, como el queso
  - Sodio - se encuentra en las carnes curadas (tocino, jamón) y otros alimentos altamente procesados
  - Potasio - se encuentra en abundancia en algunas frutas y
  - Fósforo - se encuentra en la leche; nueces; chocolate y las bebidas de cola
  - Líquidos o alimentos que son líquidos a la temperatura del ambiente
- 



A COMPASS ONE HEALTHCARE COMPANY

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



# Soft and Bite Sized (SB6)

## International Dysphagia Diet Standardization Initiative (IDDSI)



**Your diet, like your medication, is an important part of your treatment and is designed to ensure you are safe. Your doctor has ordered a Soft and Bite Sized (SB6) Diet for you.**

---

### **While on this diet you will be served:**

- Foods that are soft, tender, and moist
- Foods that require chewing
- Food served will be about the size of a playing dice or smaller

### **You will not be served:**

- Foods that you will need to “bite off”
  - Foods that are too sticky, too firm, or too juicy
  - Foods that are dry, crunchy, hard, or tough
  - Regular breads
- 



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

# Suave y de Tamaño Bocado (SB6)

Iniciativa Internacional para  
Estandarizar la Dieta para Disfagia  
(IDDSI por sus siglas en inglés)



**Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y está diseñada para proveerle seguridad al tragar. Su médico ha recetado una dieta suave y de tamaño bocado (SB6) para usted.**

---

**Mientras esté en esta dieta, usted recibirá:**

- Alimentos suaves, tiernos, y húmedos
- Alimentos que requieren masticar
- Los alimentos servidos serán del tamaño de un juego de dados o más pequeños

**Usted no recibirá:**

- Alimentos que necesitará morder
  - Alimentos que son demasiado pegajosos, demasiado duros, o demasiado jugosos
  - Alimentos secos, crujientes, o duros
  - Panes regulares
- 



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

# Consistent Carbohydrates



**Your diet, like your medication, is an important part of your treatment and is designed to ensure you are safe. Your doctor has ordered a Consistent Carbohydrate diet for you. This is often referred to as a diabetic diet. Carbohydrates have the greatest effect on your blood sugar and need to be balanced with your diabetes medications.**

---

**While on this diet, you will be served a consistent amount of the following carbohydrates:**

- Breads, cereals, potatoes, pasta, rice, and dry beans
- Milk and yogurt
- Fruits and vegetables
- Lean meat/meat substitutes and healthy fats
- It is important to control portion sizes, eat a variety of foods, and eat at regular times.

Items with high amounts of carbohydrates or refined sugars may need to be limited to achieve better blood sugar control i.e., sugar sweetened beverages such as regular sodas, high sugar desserts and other foods with higher amounts of added sugar.

---



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

# Consistente en Carbohidratos



Su dieta, al igual que sus medicamentos, es una parte importante de su tratamiento y está diseñada para garantizar su seguridad. Su médico le ha prescrito una dieta Consistente en Carbohidratos. Esto a menudo se conoce como una dieta para diabéticos. Los carbohidratos tienen el mayor efecto sobre el nivel de azúcar en la sangre y deben equilibrarse con los medicamentos para la diabetes.

---

**Mientras esté en esta dieta, se le servirá una cantidad consistente de los siguientes carbohidratos:**

- Panes, cereales, papas, pasta, arroz, y frijoles secos
- Leche y yogur
- Frutas y vegetales
- Carne magra/sustitutos de carne y grasas saludables
- Es importante controlar el tamaño de las porciones, comer una variedad de alimentos, y tener un horario regular para las comidas.

Será necesario limitar los alimentos con altas cantidades de carbohidratos o azúcares refinadas para lograr un mejor control del azúcar en la sangre, es decir, bebidas endulzadas con azúcar, como refrescos regulares, postres con alto contenido de azúcar, y otros alimentos con mayores cantidades de azúcar agregada.

---



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

# NPO (Nothing by Mouth)



**Your diet is like medication and is an important part of your recovery. At this time, your physician has ordered a NPO diet or Nothing by Mouth. This is often used to provide “rest” for your system or in preparation for or recovery after a procedure. For your safety, and to prevent delays, it is important to not eat or drink anything during this time, unless your nurse has provided it for you. Once your physician feels it is safe for you to eat or drink, your diet will be advanced. The Nutrition Services Team is here for you as you transition back to consuming foods.**



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

# NPO (Nada por Boca)



**Su dieta es como un medicamento y es una parte importante de su recuperación. En este momento, su médico le ha indicado una dieta NPO o Nada por Boca. Esto se usa a menudo para proporcionar “descanso” a su sistema digestivo, en preparación para un procedimiento, o durante recuperación después de un procedimiento. Por su seguridad, y para evitar demoras, es importante que no coma ni beba nada durante este tiempo, a menos que su enfermera se lo haya proporcionado. Una vez que su médico considere que es seguro que coma o beba, su dieta será cambiada. El Equipo de Servicios de Nutrición está aquí para ayudarle a hacer la transición de regreso al consumo de alimentos.**



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