

## **Opciones de comida blanda.**

### **Desayuno**

Leche  
Cereal blando  
Hugo de fruta  
Crema de Trigo  
Semola  
Abena  
Huevos  
Pure de papa

### **Lonches**

Vegetables bien cocinados estén blandos. Si se puede cortar con un tenedor, se puede comer.

### **Carne y Pescado**

Hamon  
Tuna  
Pollo  
Ensalada  
Queso  
Queso de Crema  
Pimento cheese  
Cottage  
Cheese

Pure de manzana  
Yogurt  
Nieve  
Fruta de lata  
Fruta Blanda  
Pasta  
Sopa