

DIETA POSTOPERATORIA PARA AMIGDALECTOMÍA



1. Alimentos suaves, blandos, tibios o fríos

- Nieve o helado (cualquier sabor)
- Gelatina y flan
- Jugos y néctares
- Licuados
- Gerber de frutas
- Té helado
- Paleta de hielo, aguanieve (Icee), postres con Hielo frappe
- Pan dulce (sin corteza crujiente), pastel
- Tortilla (no tostada ni dorada)
- Pan de caja (Bimbo o Wonder)
- Pasta
- Caldo y sopa (tibios)
- Huevo
- Verduras crudas o cocidas
- Filete de pescado
- Queso
- Jamón, salchicha
- Leche
- Cereal y galletas solo remojadas en leche
- Fruta (Melón, papaya, mango, plátano, manzana, pera. Puede ofrecerla partida o en puré.)
- Aderezos, mayonesa, mantequilla, crema
- Pollo
- Atún
- Frijoles
- Puré de papa

2. Evitar alimentos calientes, crujientes, duros y tostados

- Tostadas
- Papitas, chicharrón, frituras
- Tacos dorados
- Empanizados
- Cereal y galletas sin remojar
- Pan tostado o con corteza crujiente

