

**CLEAR LIQUID DIET - SAMPLE MENU (NO RED OR GRAPE JELLO)**

<b>AM:</b>	4 oz. apple juice 1 cup lime flavored gelatin 8 oz. ginger ale Coffee or tea with sugar
<b>Between Meals:</b>	½ cup lemon flavored gelatin
<b>Noon:</b>	1 cup bouillon 4 oz. strained apple juice ½ cup orange flavored gelatin Coffee or tea with sugar
<b>Between Meals:</b>	8 oz. ginger ale
<b>PM:</b>	1 cup bouillon 4 oz. sweetened apple juice ½ cup lime flavored gelatin Coffee or tea with sugar
<b>Bedtime:</b>	½ cup lemon flavored gelatin

**DESCRIPTION:** This diet provides clear fluids that will leave little residue and be easily absorbed with a minimum of digestive activity. No milk products are included. The foods are liquid or will become liquid at body temperature. A clear liquid diet is used only for short periods.

**FOODS ALLOWED AND FOOD TO AVOID:**

Food Group	Foods Allowed	Foods to Avoid
Beverages	Carbonated beverages, coffee Tea, decaffeinated coffee, Fruit flavored drinks	Milk, milk drinks
Breads	None	All
Cereals	None	All
Desserts	Flavored gelatin; popsicles	All others, no red or purple desserts
Eggs	None	All
Fats	None	All
Fruits, Fruit juices	Strained fruit juices (apple or pineapple) NO RED JUICE OR GRAPE JUICE	Fruit juices with pulp; all fruit
Soups	Bouillon	All others
Sugar, Sweets	Sugar, honey, clear sugar candy	All others

**DIETA DE LIQUIDOS CLAROS –MENU DE MUESTRA (NO GELATINAS ROJAS O DE UVA)**

<b>AM:</b>	4 oz. de jugo de manzana 1 taza de gelatina de limón 8 oz. Refresco de jengibre Café o té sin azúcar
<b>Entre Comidas:</b>	½ taza de gelatina de limón
<b>Medio Día:</b>	1 taza consomé 4 oz. de jugo de manzana colado ½ taza de gelatina de naranja Café o té con azúcar
<b>Entre Comidas:</b>	8 oz. de refresco de jengibre
<b>PM:</b>	1 taza de consomé 4 oz. jugo de manzana endulzado ½ taza de gelatina de limón Café o té con azúcar
<b>Hora de Acostarse:</b>	½ taza de gelatina de limón

**DESCRIPCION:** Esta dieta provee líquidos claros que dejen pocos residuos y serán absorbidos fácilmente con una actividad digestiva mínima. No incluye productos lácteos. Los alimentos son líquidos o se convertirán en líquidos a la temperatura del cuerpo. Una dieta de líquidos claros es utilizada solo por cortos periodos.

**ALIMENTOS PERMITIDOS Y ALIMENTOS QUE HAY QUE EVITAR:**

Grupo Alimenticio	Alimentos Permitidos	Alimentos que Evitar
Bebidas	Bebidas Carbonatadas, café Te, café descafeinado, bebidas De sabor	Leche, bebidas de leche
Panes	Ninguno	Todos
Cereales	Ninguno	Todos
Postres	Gelatinas de sabor; paletas de hielo	Todo lo demás, ningún postre rojo o púrpura
Huevos	Ninguno	Todos
Grasas	Ninguna	Todas
Jugos, Jugos de Fruta	Jugos de fruta colados (manzana o piña) NADA DE JUGOS ROJOS O DE UVA	Todos los demás
Sopas	Consomé	Todas las demás
Azúcar, Dulces	Azúcar, miel, dulces de azúcar claros	Todos los demás