

En el hospital

Estas recetas se pueden usar cuando su hijo necesite calorías adicionales. Estos licuados y batidos se pueden pedir cuando su hijo esté en el hospital o se pueden hacer una vez que su hijo se vaya a casa. El dietista de su hijo puede ayudarlo a decidir cuántos licuados debe tomar al día.

- Todas las recetas hacen un batido de 10 a 12 onzas líquidas. Las cantidades pueden variar según los ingredientes disponibles.
- Es posible que los súper licuados no satisfagan el 100% de las necesidades nutricionales de su hijo. No deben utilizarse como el único tipo de nutrición de su hijo.
- Si tiene inquietudes acerca de los ingredientes de cualquiera de los súper licuados, comuníquese con el dietista de su hijo.

Recetas

Información nutricional:

<p>Pay de manzana a La Mode</p> <p>1 rebanada de pay de manzana (se le quita la parte gruesa de la corteza)</p> <p>1 taza de helado de vainilla</p> <p>1/2 taza de leche entera</p> <p>1/4 de cucharadita de canela</p>	<p>Calorías: 660</p> <p>Proteína: 11 gramos</p> <p>Carbohidratos: 86.5 gramos</p>
<p>Licuado de mantequilla de cacahuete con chocolate</p> <p>1/2 taza de mitad leche, mitad crema (half and half)</p> <p>1 taza de helado de chocolate</p> <p>2 cucharadas de mantequilla de cacahuete</p> <p>3 cucharadas de jarabe de chocolate</p>	<p>Calorías: 755</p> <p>Proteína: 17.5 gramos</p> <p>Carbohidratos: 72 gramos</p>
<p>Batido de plátano y fresa</p> <p>1 ½ tazas de fresas frescas</p> <p>1 plátano</p> <p>1 taza de helado de vainilla</p> <p>¼ de taza de miel de abeja (o de jarabe de maíz)</p>	<p>Calorías: 700</p> <p>Proteína: 7 gramos</p> <p>Carbohidratos: 136.5 gramos</p>

<p>Duraznos y crema</p> <p>1 taza de duraznos enlatados, escurridos 1 taza de helado de vainilla ¼ de taza de miel de abeja (o de jarabe de maíz)</p>	<p>Calorías: 640 Proteína: 4 gramos Carbohidratos: 124.5 gramos</p>
<p>Licuada de Carnation® Breakfast Essentials®</p> <p>1/2 taza de mitad leche, mitad crema (half and half) 1 taza de helado de vainilla 1 paquete de Carnation® Breakfast Essentials® Los sabores incluyen vainilla, chocolate o fresa.</p>	<p>Calorías: 550 Proteína: 13.2 gramos Carbohidratos: 61.5 gramos</p>
<p>Chocolate caliente celestial</p> <p>1 paquete de mezcla de chocolate caliente 1 taza de mitad leche, mitad crema (half and half) 2 cucharadas de jarabe de chocolate</p>	<p>Calorías: 500 Proteína: 7 gramos Carbohidratos: 48 gramos</p>
<p>Batido de mantequilla de cacahuete con plátano</p> <p>¾ de taza de leche entera 1/3 de taza de yogurt griego descremado sabor vainilla 2 cucharaditas de linaza molida 2 paquetes (1.5 onzas o 2.5 cucharadas) de mantequilla de cacahuete cremosa 1 plátano maduro</p>	<p>Calorías: 555 Proteína: 23 gramos Carbohidratos: 53 gramos</p>

Recetas de súper licuados sin lácteos

Información nutricional:

<p>Batido de plátano y fresa con leche de soya</p> <p>2 plátanos 2 cucharadas de jarabe de fresa ½ taza de leche de soya ½ taza de hielo</p>	<p>Calorías: 460 Proteína: 7 gramos Carbohidratos: 102.5 gramos</p>
--	---

<p>Duraznos y crema con leche de soya 1 taza de duraznos enlatados, escurridos ½ taza de leche de soya ½ taza de hielo ¼ de taza de miel de abeja (o de jarabe de maíz)</p>	<p>Calorías: 445 Proteína: 3.5 gramos Carbohidratos: 103.5 gramos</p>
<p>Strawberry Crush (de fresa) 1 ½ tazas de fresas frescas 1 plátano ½ taza de soda blanca ¼ de taza de miel de abeja (o de jarabe de maíz)</p>	<p>Calorías: 460 Proteína: 2.7 gramos Carbohidratos: 110 gramos</p>
<p>Granizado de paletas de hielo 3 paletas regulares (con azúcar) ½ taza de soda blanca 3 cucharadas de miel de abeja (o de jarabe de maíz)</p>	<p>Calorías: 410 Proteína: 0 gramos Carbohidratos: 101 gramos</p>
<p>Batido de fresa y durazno 1/2 taza de fresas congeladas 1/2 taza de rebanadas de durazno 3/4 de taza de leche de soya sabor vainilla 1 cucharada de aceite de canola 1/2 cucharadita de mantequilla de semillas de girasol (sunbutter)</p>	<p>Calorías: 310 Proteína: 8 gramos Carbohidratos: 23 gramos</p>
<p>Batido verde de piña 3/4 de taza de piña 3/4 de taza de espinaca fresca 1/2 de taza de aguacate maduro 3/4 de taza de leche de soya sabor vainilla 2 cucharaditas de miel de abeja</p>	<p>Calorías: 320 Proteína: 5 gramos Carbohidratos: 44 gramos</p>

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.