

ALMUERZO Y CENA

- * Un plato pequeño de consomé de pollo.
- * Un plato pequeño de sopa con plátano o ñame bien sazonada.
- * Una porción pequeña de cocido con arroz, carne, pollo y vegetales juntos.
- * Un pedazo de pan con una porción pequeña de cordero u otra carne y cocido de vegetales.
- * Ensalada de aguacate, queso mozzarella y tomate con una rebanada de pan integral.
- * Pescado con lentejas, papas y vegetales horneados.
- * Un plato de sopa con pollo y dos rebanadas de pan con mantequilla.
- * Un plato pequeño de plátano asado, pollo rostizado con vegetales.
- * Una porción de pasticho.
- * Dos capas de vainitas en pan tostado con queso gratinado.
- * Un plato pequeño de pasta con salsa de tomate y una cucharada de queso parmesano.



División Specialty Care
Línea VIH
www. Roche.com.ve

Este Material ha sido Revisado y Aprobado por la Gerencia Médica
y de Asuntos Regulatorios de Productos Roche S.A.

Caracas - Venezuela.

COD SAP-8002036

VIH

3

Roche

Uniendo Todo

A continuación se presentan algunas sugerencias de alimentos para comer con Nelfinavir. Si usted no puede ingerir una comida adecuada al tomar su Nelfinavir, se obtendrá el máximo beneficio con una merienda o una bebida.

Cada una de las siguientes ideas suministran la cantidad adecuada de alimentos para que su Nelfinavir sea absorbido en forma adecuada (un mínimo de 13 g de grasa y 350 kcal):



Opciones de

BEBIDAS

- * Merengada hecha con fresas y helado.
- * Taza de chocolate caliente.

Opciones Para el

DESAYUNO

- * Un plato grande de Cornflakes crujiente con nueces o un plato de avena cocida con leche completa.
- * Dos rebanadas de pan tostado con mantequilla o margarina vegetal y mermelada.
- * Un croissant y un cambur o un panecillo y un yogurt.
- * Una plato pequeño de cereal cocido de maíz, una rebanada de pan tostado con mantequilla, una taza de té con leche semi-descremada.
- * Una porción pequeña de yuca frita, con un vaso de jugo de naranja.
- * Un trozo de pescado, un huevo sancochado, una rebanada de pan y café negro.
- * Dos pedazos de pan de ajonjolí y un plato pequeño de queso blanco, ensalada de tomate y pepino.
- * Una rebanada de pan tostado con mantequilla, una lata pequeña de frijoles y un huevo frito.

MERIENDA

- * Una papa pequeña con atún y maíz dulce.
- * Sandwich de ensalada de pollo con mayonesa.
- * Tortilla española echa con dos huevos.
- * Un sandwich de atún o carne y un paquete de papas bajas en grasa.
- * Una bolsa de nachos con guacamole y salsa.
- * Pan arabe con jamón de pavo y ensalada.
- * 1 paquete de galletas crackers y queso, con un vaso de jugo.
- * Una bolsa pequeña de maní salado y un vaso de jugo.
- * 1 dona o rosquilla, un cambur y una taza de té.
- * Hojuelas de plátano (tostón) o yuca y un vaso de jugo de naranja.
- * 1 barra grande de galleta cubierta de chocolate y un vaso de jugo de manzana.
- * Un panecillo grande con mantequilla y mermelada y una taza grande de té.
- * Capuchino, panecillo de avellanas y un cambur.
- * Un paquete de papas y una botella de bebida láctea achocolatada.