

# HDM Meal Plan UPDATES:

All of our Meal Plans are:

- ✓ Low in Sodium
- ✓ Low in Saturated Fat
- ✓ Offer Consistent Carbohydrate

Todos nuestros menús son:

- ✓ Bajos en sodio
- ✓ Bajos en grasas saturadas
- ✓ Diseñados para una dieta consistente en carbohidratos

## New Meal Plan Names

(Changes on bags and Meal Labels... coming soon)  
(Pronto nuestros envíos y menús cambiarán.)

Regular or Diabetic → Medically Balanced

Heart Healthy → No Beef/No Pork

Renal → Dialysis Friendly

GI-Friendly → Mild/Low Fiber

No Dairy → Low Lactose

Still a Diabetic-Friendly Meal Plan  
Sigue siendo un menú recomendado  
para pacientes con diabetes.

Still a Heart Healthy Meal Plan!  
Want to change to Medically Balanced?  
Call your dietitian

Heart Healthy à Sin carne de res o cerdo (Alt.  
Sin carne roja)

Sigue siendo un menú saludable para el  
corazón.

Si quisiera cambiar su menú al menú  
Medicamente Balanceado, por favor contacte  
a su dietista.

These meal plans stay the same:  
No hay cambio de nombre a los que se indican a  
continuación:

Soft  
High Calorie  
No Fish  
Vegetarian

