

REGIME SANS RESIDUS

ALIMENTS AUTORISES

ALIMENTS DECONSEILLES

Lait et produits laitiers

Fromages à pâte cuite, dure (emmental, Comté, tome de Savoie, hollande, crème de gruyère.....)

Lait

Laitages (yaourt, fromages blancs...)

Fromages fermentés (camembert, munster...), à pâte moisie (bleus)

Fromages très gras

Viandes et équivalents

Viandes maigres, grillées, rôties

Jambon

Poissons au court bouillon, en papillotes

Œufs durs

Viandes fibreuses, en sauce, gibiers,

Charcuteries

Poissons panés, en conserves cuisinés ou à l'huile

Œufs frits, en sauce

Féculets et légumes

Riz, pâtes, semoule, polenta, tapioca

Pommes de terre vapeur

Biscottes, pain

Céréales complètes

Frites

Légumes et légumes secs

Biscottes et pain complets

Fruits et desserts

Compotes de fruits
Gelées de fruits

Fruits crus, cuits, confits
Confitures (avec morceaux,
graines ou peaux)

Entremets (flans, riz au lait...)
Génoise, gâteau au yaourt...
Biscuits secs (madeleines ...)

Pâtisseries, biscuits fourrés
Fruits secs, fruits confits

Matières grasses

Beurre cru, huile (en petites quantités)

Fritures, sauces, lard...

Boissons

Eau, thé, café léger, tisanes,
Bouillon de fruits ou de légumes (eaux
de cuisson), jus de fruits sans pulpe

Eaux et boissons gazeuses, alcool
Bouillons aromatiques

Divers

Aromates en poudre
Sel, sucre, miel

Epices, poivre, condiments

EXEMPLE DE MENU :

Petit déjeuner : Thé - Biscottes
Beurre, gelée de fruits, miel
Jus de pamplemousse (sans pulpe) – yaourt

Midi : Poulet rôti
Riz créole
Babybel
Crème dessert vanille

Soir : Cabillaud au court bouillon / citron
Polenta
Gouda
Compote de poires