

Le régime sans résidus strict

40.056F

Liste des aliments autorisés et à éviter

AUTORISÉS

À ÉVITER

Pain - céréales - épaississants

Biscottes – pain blanc rassis
Maïzena, farine aromatisée à la vanille,
semoule, diverses pommes de terre, tapioca,
vermicelles

Pain gris ou complet, biscottes complètes
Fécule de pain blanc et viennoiseries

Pommes de terre - riz - pâtes

Aucune préparation à base de pommes de terre.
de pommes
Riz blanc, spaghetti, macaroni...

Toutes les préparations à base
de terre.
Riz complet, pâtes complètes.

Viande - poisson - volaille - œufs

Viandes maigres : steak, rosbif, foie,
saucisse,
langue de bœuf, rôti de bœuf, veau ou porc,
viande de cheval, viande d'agneau maigre.
Poulet, dinde, pigeon (sans la peau), tous les
gibiers. Charcuteries maigres: jambon
dégraissé, de dinde, filet d'Anvers, filet
de Saxe,
Poissons maigres: cabillaud, dorade,
sole, truite...
Œuf cuit dur.

Viandes grasses : viande en daube, haché,
Côtelettes, lard, viande de mouton.
Canard.
Charcuteries grasses : pâté, toutes sortes
saucisses, salades de viande, tête de filet
veau...
Poissons gras: hareng, anguilles,
maquereau, galantine...
saumon, thon, sprat, sardines...
Toutes les autres préparations.

Légumes et fruits

Aucun.

Tous les légumes crus ou cuits.
Toutes les sortes de fruits.

Lait – produits laitiers – fromage

Fromage blanc maigre, fromage à tartiner
maigre 20 +,
fromage à tartiner maigre 20 +.

Toutes les autres sortes de fromage.
Lait, lait battu, yoghourt et tous les
dérivés de ces produits laitiers.

Graisses - huiles - sauces

Beurre ou margarine, frais ou fondu.
Huile non brunie, avec modération.
Jus de viande dégraissé.

Beurre ou margarine bruni(e), graisses
de friture, graisse de bœuf et saindoux.
Sauces grasses, mayonnaise et dérivés.

Soupes

Bouillon de viande ou de légumes dégraissé.

Toutes les soupes.

Boissons

Eau plate.
Café ou thé léger.
Jus de fruits filtrés, jus de tomate, jus de carotte.

Eau pétillante et autres boissons
pétillantes.
Boissons alcoolisées.

Pâtisseries et sucreries

Gâteaux secs, biscuits tels que Boudoir,
Petit Beurre. Sucre, miel, gelée, sirop de fruits
(avec modération).

Tous les autres biscuits et pâtisseries.
Bonbons, chocolat... Pain d'épices.