



GENERI ALIMENTARI	CIBI CONSENTITI	CIBI DA EVITARE
FARINACEI	PANE DI FARINA OO, CRACKER, BISCOTTI	PRODOTTI DI FARINA INTEGRALE, PRODOTTI DA FORNO CHE CONTENGANO CRUSCA, PRODOTTI DI GRANOTURCO, FARINA D'AVENA, CEREALI A CHICCHI INTERI, TUTTA LA PASTA
DOLCI	TORTE E BISCOTTI SEMPLICI, GHIACCIOLI, YOGURT NATURALE CON POCHI GRASSI, CREMA PASTICCERA, GELATINE, GELATO SENZA CIOCCOLATO E NOCCIOLE	CIOCCOLATO, NESSUN ALIMENTO CONTENENTE FARINA INTEGRALE, SEMI, COCCO, YOGURT CON PEZZI DI FRUTTA, FRUTTA SECCA, NOCCIOLE, POP-CORN
FRUTTA	BANANE MATURE, SCIROPPI	FRUTTA SECCA, FRUTTA DI BOSCO, FRUTTA NON COTTA, NOCCIOLE, SEMI
VERDURE	PATATE BIANCHE BOLLITE SENZA LA BUCCIA, CAROTE	TUTTO IL RESTO COMPRESO VERDURE FRITTE O CRUDE, BROCCOLIM CAVOLE E CAVOLFIORE, SPINACI, PISELLI, MAIS E ALTRE VERDURE CON SEMI
CONDIMENTI	MARGARINA, OLIO, MAIONESE LEGGERA	BURRO, STRUTTO E QUALSIASI COSA CHE CONTENGA ALIMENTI GIÀ ESCLUSI SOPRA
CARNE E SUOI SOSTITUTI	CARNE DI POLLO E TACCHINO, PESCE, FRUTTI DI MARE, UOVA E FORMAGGIO LEGGERO	CARNE ROSSA, FAGIOLI, PISELLI, LEGUMI, BURRO DI ARACHIDI, FORMAGGIO FATTO CON LATTE INTERO
BRODI	BRODO VEGETALE (CAROTE O PATATE) ELIMINANDO LA PARTE SOLIDA DELLE VERDURE	PASSATI DI VERDURA
BEVANDE	LATTE SCREMATO, TUTTE LE BEVANDE DECAFFEINATE, BEVANDE CONTENENTI CAFFEINA IN QUANTITÀ MOLTO RIDOTTA, SUCCHI DI FRUTTA SENZA POLPA	CAFFÈ ESPRESSO, CAPPUCCINO, LATTE INTERO, SUCCHI DI FRUTTA CON POLPA, TUTTE LE BEVANDE ALCOLICHE