

REGIMEN BLANDO INTESTINAL

Alimentos y preparaciones permitidas:

- **Leche:** Modificada. Yoghurt o descremada , o común en pequeña cantidad con té.
- **Quesos:** Petit Suisse, ricota, blanco (García) , tipo Mar del Plata.
- **Huevos:** Pasados por agua, poche, en preparaciones: souffles, budines. Con caldos o sopas.
- **Carnes:** Vacuna (desgrasada), pescados (pejerrey, merluza), hervida, asada a la parrilla (sin costra tostada), subdividida (Bismark o albóndiga).
- **Fiambres:** Jamón cocido desgrasado.
- **Vegetales C:** Papa, batata, hervidos, en puré, con aceite, en soufflé o budines.
- **Harinas:** Sémola, de arroz, avena, tapioca.
- **Granos:** Arroz, avena.
- **Fideos:** Fideos blancos, tallarines, con aceite, con queso (de los indicados).
- **Pastas:** Ñoquis de papa o de sémola o harina de maíz, raviolos de ricota, ave o jamón, con aceite, con queso.
- **Frutas:** Manzana, peras (en compotas , al horno, en puré, en soufflé)
- **Pan:** Tostado al horno. Grisines.
- **Galletitas:** Express, Criollitas, Canale, de sémola.
- **Dulces:** Jaleas, de membrillo o manzanas. Miel.
- **Azúcar o Glucolín**
- **Aceite.**
- **Caldos:** Desgrasado (de carnaza) o de verduras (colado).
- **Bebidas:** Agua minerales (sin efervecencia), jugos de compotas.
- **Infusiones:** Té.
- **Condimentos:** sal

Alimentos y preparaciones prohibidos:

- **Quesos:** Fuertes , madurados , de rallar.
- **Carnes:** Ovina Pescado (en conserva: sardina, atún, anchoas)
- **Vísceras, achuras.**
- **Fiambres:** Jamón crudo, salame, mortadela, salchichón, matambre.
- **Embutidos:** Salchicha, chorizo, morcilla.
- **Mariscos**
- **Vegetales:** Todos, menos los indicados.
- **Legumbres:** Arvejas, porotos, garbanzos, lentejas.
- **Fideos:** Verdes
- **Frutas:** Todas , menos las indicadas.
- **Pastas:** Rellenas con verduras.
- **Dulces:** Mermeladas, de leche.
- **Condimentos:** Pimienta, pimentón, ají molido, ajo, perjol, vinagre, nuez moscada.
- **Caldos:** Concentrados.
- **Infusiones:** Café, mate.
- **Postres:** Todos (salvo el permitido).
- **Bebidas:** Gaseosas azucaradas, alcohólicas.
- **Manteca**
- **Crema de Leche**
- **Preparaciones:** fritos, salsas, guisos, empanadas, pasteles, otras confituras, chocolate, bombones.