

ΔΙΑΙΤΑ ΑΥΞΗΜΕΝΩΝ ΤΡΙΓΛΥΚΕΡΙΔΙΩΝ ΜΕ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΧΟΛΗΣΤΕΡΟΛΗ

ΥΠΕΡΛΙΠΙΔΑΙΜΙΑΣ ΤΥΠΟΥ IV (ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ- ΤΡΙΓΛΥΚΕΡΙΔΙΑ 400-1000MG)

ΕΠΙΤΡΕΠΟΜΕΝΕΣ ΤΡΟΦΕΣ

ΓΑΛΑ: αποβουτυρωμένο (0 % λιπαρά)

ΓΙΑΟΥΡΤΙ: αποβουτυρωμένο (0 % λιπαρά)

ΤΥΡΙΑ: μυζήθρα ανάλατη

ΚΡΕΑΣ: μοσχάρι άπαχο, κοτόπουλο, κουνέλι, κατσίκι

ΨΑΡΙΑ: επιτρέπονται όλα

ΨΩΜΙ: λευκό ή μαύρο και τα παράγωγα τους, χωρίς λίπος, αυγό και πλήρες γάλα

ΛΙΠΑΡΑ: ελαιόλαδο, μαργαρίνη, ελιές

ΦΡΟΥΤΑ: επιτρέπονται όλα

ΛΑΧΑΝΙΚΑ: επιτρέπονται όλα

ΠΟΤΑ Ή ΡΟΦΗΜΑΤΑ: καφές, τσάι, ροφήματα

ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ: επιτρέπονται όλα

ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΤΡΟΦΕΣ

ΓΑΛΑ: πλήρες, κρέμα γάλακτος, παγωτά, τυριά

ΚΡΕΑΤΑ: πλούσια σε λίπος, αρνί, χοιρινό, χήνα, πάπια, μπέικον, κονσέρβες κρεάτων, αλλαντικά, εντόσθια

ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ: μπισκότα, τσουρέκια, πατατάκια, γαριδάκια, όλα τα γλυκά του ταγιού, μαρμελάδες, μέλι, κέικ

ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ: με ζάχαρη

ΖΩΙΚΑ ΛΙΠΗ: βούτυρα όλα

ΟΙΝΟΠΝΕΥΜΑΤΩΔΗ: ποτά όλα , ποτά που περιέχουν ζάχαρη όλα