

## لائحة المواد الغذائية لمرضى الزلافي

### . المواد المباحة

- الحليب و مشتقاته الطازج - الدسم - ناقص الدسم - الطري - مسحوق الحليب - مركز مبستر - معقم - مختلف الاجبان - ياغورت بدون نكهة - اللبن .
- اللحوم الطرية - الدجاج - الكرشة - الكبد - السمك الطري - البيض الطري .
- الخضرا الطرية - اليايسة - حساء الخضرا - البطاطس بجميع اشكالها.
- الفواكه جميع الفواكه الطرية او اليايسة باستثناء الشريحة.
- الحبوب مساحق الارز - الدرة - الصوجا .
- الدهنيات الزيوت - الزبدة - مارغارين - القشدة الطرية.
- المرطبات المربي المحضر في المنزل الخالي من مادة الغليادين - العسل .
- التوابل جميع التوابل الخالية من الدقيق.
- المشروبات الماء - الماء المعدني - عصير الفواكه - الشاي - القهوة - الشكلاطة الخالية من الدقيق.

### . المواد الممنوعة

- الحليب و مشتقاته : الحليب الممزوج بالدقيق - الاجبان دات قشرة.
- اللحوم : الخلع - اللحوم و الاسماك المعابة - الوجبات الغذائية المحفوظة.
- الخضرا : الخضرا المعلبة - البطاطس دات التحضير التجاري.
- الفواكه : المعلبة.
- الحبوب : دقيق القمح - الشعير - الخرطال - البسكوت - العجائن "الكاتو" - العجائن الغذائية - الشعيرية - فداوش - سميد - الخميرة الاصطناعية و الطبيعية - الكسكس - الملوي - الحريرة .
- المواد السكرية : المربي (التجاري) - الفانيد و الحلوى - المسكة - النوكة - الشكولاطة - الكراميل.
- التوابل : المطحونة - المركبة.
- المشروبات : الخضرا - مستحضرات الشكلاطة التجارية.
- الا دوية : مهيأة على شكل حبوب و ملبسات