



Produkty zalecane i niezalecane przy bieguncie

Produkty zalecane przy biegunce



biały ryż,
płatki ryżowe



ziemniaki,
mąka ziemniaczana



czerstwe pieczywo
pszenne i sucharki



gotowana marchewka,
dynia



czarne jagody,
niedojrzałe banany



mus jabłkowy,
pieczone jabłko



galaretki, kisiel

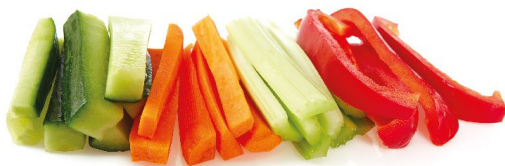


jaja na twardo

Produkty niezalecane przy biegunce



pełnoziarniste
produkty zbożowe



surowe warzywa
i owoce



kawa, soki
owocowe



suszone
śliwki



śłodziki: ksylitol,
erytrytol, stewia