

KOLONOSKOPİ DİYETİ

KULLANIM SÜRESİ 5 GÜN

İLK 3 GÜN

SABAH:

- Ihlamur veya açık çay, şekerli
- 1 yumurta veya 1 kibrit kutusu kadar beyaz peynir
- Tanesiz reçel veya süzme bal
- Sade pötibör bisküvi veya 2 ince dilim ekmek içi

ÖĞLE-AKŞAM:

- Sade çorba (un, şehriye, pirinç, patates çorbası)
- 1 köfte kadar haşlama veya ızgara et
- 1 adet haşlanmış patates
- 2 yemek kaşığı pirinç pilavı veya makarna
- Sulu kıvamda muhallebi
- 2 ince dilim ekmek içi
- Taze meyve suyu, tanesiz komposto, ayran (1-2 bardak)

SON 2 GÜN

SABAH:

- Ihlamur veya açık çay, şekerli
- 1 yumurta veya 1 kibrit kutusu kadar beyaz peynir
- Tanesiz reçel veya süzme bal
- Sade pötibör bisküvi

ÖĞLE-AKŞAM:

- Sade çorba (**un çorbası**)
- Sulu kıvamda muhallebi
- Taze meyve suyu, tanesiz komposto (**erik, kayısı tercih ediniz**)
- Sade pötibör bisküvi

YASAKLAR:

- Her türlü sebze ve meyveler
- Süt ve yoğurt
- Hazır meyve suları, alkollü, kolalı ve karbonatlı içecekler
- Kuru baklagiller (**kuru fasulye, nohut mercimek ve bulgur**)
- Sakatatlar (**karaciğer, dil, dalak, yürek, işkembe.....**)
- Kepek, çavdar ve yulaf içeren tüm yiyecekler
- Sebze, tarhana, mercimek, yağla çorba

NOT: Yiyecekleri belirtilen miktarlardan fazla yemeyiniz.

Son iki gün et, pilav, makarna, ekmek, haşlanmış patates yemeyin, ayran gaz yapabileceği için içmeyin, çorbalarınız tanesiz çorbalar (un çorba gibi) olsun