

Przykładowy jadłospis dla osób z wyrównaną marskością wątroby

Śniadanie

- kasza manna na mleku 1,5%
- chleb pszenno-żytni posmarowany masłem
- schab pieczony z dodatkiem majeranku
- pomidor
- herbata z cytryną i miodem

Drugie śniadanie

- chleb pszenno-żytni posmarowany masłem
- twaróg z sera twarogowego półtłustego ze śmietanką i drobno posiekanym szczypiorkiem
- herbata owocowa

Obiad

- zupa kalafiorowa z ziemniakami
- kasza jęczmienna gotowana
- bitki wołowe
- buraczki gotowane
- surówka z marchwi i jabłek
- z olejem słonecznikowym
- sok pomarańczowy
- podwieczorek
- jogurt owocowy 1,5%
- bułka pszenna z miodem
- kiwi

Podwieczorek

- jogurt
- banan

Kolacja

- ryba gotowana w jarzynach (np. dorsz, pstrąg) z dodatkiem oliwy z oliwek
- ryż biały
- herbatka owocowa