

## DIETA DE PROTECCIÓN INTESTINAL O ANTIDIARREICA

### Desayuno y Merienda

Copos de avena cocidos con agua y leche condensada.  
Papilla de arroz con agua y leche condensada.  
Leche con galletas María tostadas.  
Nata con galletas Mana tostadas.  
Yoghurt.  
Té con leche, con bizcochos, suizo, pan tostado, galletas Mana.

### Comida y Cena

Primer plato:

Sopas con caldo de carne magra de pasta, arroz, tapioca, sémola. También se pueden hacer con caldo de ave o de pescado blanco. Consomés de carne o de ave.

Segundo plato:

Temerá asada, pollo cocido, pescado blanco asado o cocido.  
Tortilla francesa, huevos pasados por agua o escalfados en arroz blanco. Jamón de York. Pollo al homo, con poca grasa.

### Postres

Flan, membrillo, natillas, arroz con leche condensada y agua. Yoghurt.

Pan: siempre tostado, no fresco, y menos recién hecho.

Bebidas: agua mineral sin gas o natural.

### PROHIBIDOS

Bebidas alcohólicas, cervezas, agua mineral gaseada.  
Frutas, verduras frescas y legumbres frescas ni secas.

Después de las comidas se puede tomar: Té, manzanilla o tila.