

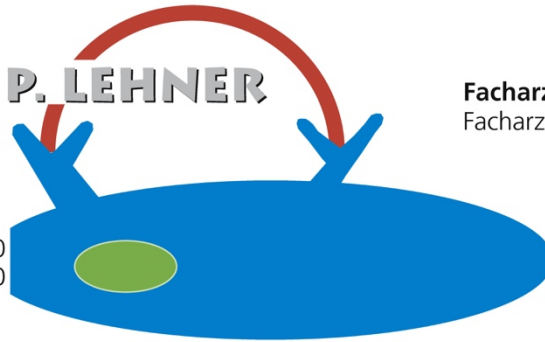
ALLERGIEZENTRUM-ST.GALLEN

DR. MED. P. LEHNER

Sternackerstrasse 7
9000 St. Gallen

Tel. 071 222 50 90
Fax 071 220 15 80

Facharzt FMH für allergische Krankheiten
Facharzt FMH für Innere Medizin



info@allergiezentrum-sg.ch
www.allergiezentrum-sg.ch

Reis-Kartoffel-Diät

Oloigoallergene Basisdiät, Positionspaper DGAI; 06.2002, Zuberbier, Allergojournal, 386-392

- Frühstück:** Reiswaffeln (ohne Zusätze, nur Vollreis und Salz), milchfreie Margarine.
- Mittagessen:** Gekochter weisser Reis, leicht gesalzen, Lamm- oder Putenfleisch, Broccoli
- Abendessen:** Gekochte Kartoffeln, leicht gesalzen, Lamm- oder Putenfleisch, Gurke
- Zwischenmahlzeit:** Reiswaffeln, Blumenkohl
- Gewürze:** Salz, Zucker
- Keine weiteren Zutaten wie Fett, Gewürze, Kräuter, Garnituren etc.