

# Dieta hipocalòrica per a no diabètics o diabètics sense insulina.

## Pacient amb malaltia renal crònica



Primera setmana	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
<b>Esmorzar</b>	-Café amb llet desnatada -Mini entrepà de pernil salat.	Café amb llet desnatada. - 3 galetes Maria.	1 iogurt desnatat. -2 torrades amb mantega i melmelada -Albercoc light.	-Café amb llet desnatada -1/2 bol de cereals amb base d'arròs.	- 1 iogurt desnatat -Mini entrepà de pernil dolç.	-Café amb llet desnatada. -1/2 bol de cereals amb base d'arròs.	-Cereals amb 1/2 vas de llet desnatada. -2 torrades amb mantega i melmelada de maduixa light.
<b>Mig mati</b>	1 taronja.	- 1 poma.	Compota de poma.	1/2 bol de pinya.	-1 kiwi.	1 pera.	1/2 bol de pinya.
<b>Dinar</b>	-Arròs amb verdures i gambes. -Truita d'all tendres. - 1 iogurt desnatat.	- Coliflor bullida amb patata - Truita francesa. - 1 iogurt desnatat.	Crema de porros amb patates.  1 taronja.  Café amb llet desnatada.	-Arròs amb verdures al forn i conill.  -1 iogurt desnatat.	-Mongetes verdes amb patates. -Mero al forn amb ceba. -1/2 vas de llet desnatada.	-Amanida verda. -Arròs 3 delícies casolà (pernil dolç, truita a la francesa, gambes i pastanaga -1 iogurt líquid desnatat.	-Empedrat de mongetes, pebrot ceba i lluç -iogurt líquid desnatat).
<b>Berenar</b>	- 2 torrades amb gall dindi. -1/2 bol de raïm blanc.	-2 torrades amb pernil. - 1/2 bol de pinya.	-1 taronja -3 galetes	- 2 torrades amb gall dindi. 1 pera.	-Poma bullida. -3 galetes.	-Mini entrepà de pernil. -1 poma.	-2 torrades amb gall dindi -4 maduixes.
<b>Sopar</b>	- Gall dindi a la planxa amb espàrracs a la llauna. - 1 gelatina sense sucre.	-Amanida verda -Lluç rostit amb ceba. -1 infusió.	-Llom a la planxa amb pebrot verd escalivat - 1 gelatina sense sucre.	-Crema de carbassa sense patata amb 1 ou escalfat. -1 infusió.	- Carxofes congelades saltejades amb pebrot. Filet de gall dindi. -1 gelatina sense sucre.	- Espàrracs enllaunats amb maionesa light. -Hamburguesa de pollastre a la planxa. -1 infusió	- Albergínia congelada amb vedella a la planxa -1 gelatina sense sucre.

Segona setmana	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Disabte	Diumenge
<b>Esmorzar</b>	- Café amb llet desnatada -Mini entrepà de pernil.	-Café amb llet desnatada -3 galetes.	-1 te. -2 torrades amb formatge brie (si HTA millor mató).	-Café amb llet desnatada . -1/2 bol de cereals amb base d'arròs	-iogurt líquid desnatat. -Mini entrepà de pernil dolç	-Café amb llet desnatada. -1/2 bol de cereals amb base d'arròs.	-1 te -2 torrades amb formatge brie ( si HTA millor mató).
<b>Mig mati</b>	-1 taronja.	-1 mandarina.	-1 tall de síndria.	-1/2 bol de pinya	-1 kiwi	-1 pera bullida.	1/2 bol de pinya.
<b>Dinar</b>	- Bròquil amb patata i ceba. -Conill a la planxa -1 iogurt desnatat.	-Amanida de pasta amb pebrot, ceba, i una llauna petita de tonyina natural. -1 iogurt líquid desnatat.	-Guarnició de verdures arrebossades. -Vedella a la planxa amb 1 flam d'arròs bullit. -1/2 vas de llet desnatada.	-Espaguetis amb ceba pastanaga i daus de vedella. -1 iogurt desnatat.	-Coliflor amb patata bullida . -Tonyina amb ceba . -1/2 vas de llet desnatada.	- Faves saltejades amb pastanaga i ceba. -Llom a la planxa. -1 iogurt líquid desnatat	- Pastís de patata, carbassó, albergínia i pollastre -1 iogurt desnatat.
<b>Berenar</b>	-2 Torrades de gall dindi -1 pera	-2 torrades amb pernil salat. -Compota de poma.	-3 galetes. -1 taronja.	-Mini entrepà amb mortadella. -1 poma.	-2 Torrades amb mantega i melmelada de maduixa light. -1 poma bullida.	-2 Torrades amb gall dindi . -1 préssec petit.	-1/2 vas de llet desnatada amb cereals no integrals. -1 poma.
<b>Sopar</b>	- Crema de carbassa sense patata amb 1 ou escalfat. -1 gelatina sense sucre.	-Mongeta tendra sense patata. - Truita a la francesa -1 infusió.	-Amanida d'endívies, espàrracs enllaunats, tomàquet. -Sípia a la planxa amb julivert i all. -1infusió.	-Calamars saltats amb espàrracs, alls tendres i julivert. -1 gelatina sense sucre.	-Escalivada. -Bistec a la planxa. -1 infusió.	-Amanida de tomàquet, orenga . - 1 truita a la francesa. -1 gelatina sense sucre.	-Coliflor sense patata. -Pit de pollastre a la planxa. -1 infusió.