



## DIETA ZA KANDIDO

V času zdravljenja je **STROGO PREPOVEDANO** uživati:

- vse oblike naravnih sladkorjev (pesni, trsni, grozdni, sadni)
- med, vse vrste bonbonov, čokolado
- vsa peciva, ki vsebujejo sladkor
- sladko sadje (grozdje, pomaranče, slive, breskve...)
- suho sadje (fige, dateljni, marelice, kandirano sadje)
- sadne sokove, coca colo, kokto, ledene čaje in druge sladke napitke, tudi vodo z okusi
- vse oblike alkoholnih pijač
- vse izdelke iz bele moke (testenine, vlečeno testo, pecivo)
- orehe, mandeljne, lešnike, arašide (zaradi nevarnosti novih okužb z glivicami)
- svinjino in vse vrste cvrtega mesa
- mšijske z dodanimi sladkorji, medom in čokolado

V času zdravljenja je **DOVOLJENO** uživati:

- pirin kruh (po receptu), ajdov kruh, koruzni kruh brez primesi bele moke
- meso in klobase (razen svinjine)
- ribe in jajca
- krompir in vso drugo zelenjavo
- vse zelene solate, špinačo, paradižnik, kumare, radič
- riž v malih količinah
- kislo zelje, česen, čebula, sveže zelje, ohrovt
- mleko, sir, nesladkane mlečne izdelke (kisli izdelki), maslo
- kislo sadje: limone, grenivke, kivi, ananas, 1 kislo jabolko na dan
- kompot iz kislega sadja – ne sladkan
- žitno kavo in čaje brez naravnega sladkorja
- mineralno vodo
- sol in začimbe, po možnosti kristalno himalajsko sol

**V kolikor se zdravite za alergijo na živila, morate iz dovoljene hrane izključiti tista živila, ki so barvno označena na testnem listu.**