

# REGIME PAUVRE EN FIBRES

PASSER DES FRUITS ET LEGUMES : CRUITS en purée → en morceaux

FRUITS	LEGUMES
<p data-bbox="437 584 528 611">Abricot</p> <p data-bbox="363 618 603 645">Banane (bien mûre)</p> <p data-bbox="312 651 655 678">Coing (en pâte, en compote)</p> <p data-bbox="193 685 775 752">Toutes les baies à condition d'avoir passé (fraise groseille, mûres, ...)</p> <p data-bbox="304 759 663 786">Kaki (sans graines, bien mûre)</p> <p data-bbox="424 792 544 819">Nectarine</p> <p data-bbox="352 826 616 853">Pèche, pomme, poire</p>	<p data-bbox="1046 495 1150 521">Carottes</p> <p data-bbox="995 528 1206 555">Cœur d'artichaut</p> <p data-bbox="911 562 1291 589">Aubergine (sans graine et peau)</p> <p data-bbox="1038 595 1158 622">Betterave</p> <p data-bbox="975 629 1222 656">Courgette sans grain</p> <p data-bbox="1054 663 1142 689">Courge</p> <p data-bbox="1054 696 1142 723">Endive</p> <p data-bbox="951 730 1246 757">Epinard et vert de blette</p> <p data-bbox="911 763 1286 790">Haricots (vert extra-fin, beurre)</p> <p data-bbox="1062 797 1134 824">Laitue</p> <p data-bbox="1054 831 1142 857">Mâche</p> <p data-bbox="1054 864 1142 891">Potiron</p> <p data-bbox="919 898 1270 925">Tomate (sans peau ni pépins)</p>

## EVOLUTION

Lorsque le patient tolère le régime, on peut mettre des légumes tendres crus, ou des fruits bien mûres crus.