

# REGIME PAUVRE EN FIBRES

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

FRUITS	LEGUMES
<p>Abricot Banane (bien mûre) Coing (en pâte, en compote) Toutes les baies à condition d'avoir passé (fraise groseille, mûres, ...) Kaki (sans graines, bien mûre) Nectarine Pêche, pomme, poire</p>	<p>Carottes Cœur d'artichaut Aubergine (sans graine et peau) Betterave Courgette sans grain Courge Endive Epinard et vert de blette Haricots (vert extra-fin, beurre) Laitue Mâche Potiron 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.