

DIETETIQUE DE LA LITHIASSE OXALIQUE ALIMENTS

	AUTORISES	DECONSEILLES
BOISSONS	Boire abondamment 2 à 3 l d'eau par jour - 2 grands verres le matin à jeun et le soir au coucher	Thé fort
PRODUITS LAITIERS	Sans restriction	
VIANDES POISSONS OEUFS	Sans restriction	
LEGUMES asperges, épinards, chicorée,	Tomates, radis, courgettes, pommes de terre, petits pois, aubergines, carottes, oignons, endives, céleris, choux fleur, champignons <u>EN QUANTITÉ LIMITÉE</u> concombre, haricots verts	Oseille, rhubarbe, persil, betterave, chou rouge, concentré de tomates
FECULENTS	Haricots secs (<u>MODÉRÉMENT</u>)	
FRUITS Myrtille		Figue sèche,
SUCRES	Eviter tout abus	Chocolat, cacao
MATIERES GRASSES	Sans restriction (sauf excès pondéral ou hypercholestérolémie)	