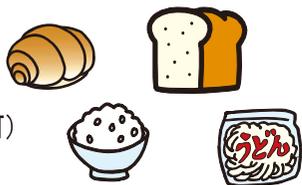


検査前日のメニュー

消化の良いものを、小さく刻み、よくかんでお召し上がりください。

主食

白米 白がゆ 素麺
素うどん (ねぎは入れない)
食パン (みみは残す、バターは不可)
ロールパン メロンパン



汁物

みそ汁・すまし汁 (豆腐のみ可)
コンソメスープ (具は入れない)



おかず

豆腐 (薬味なし) 卵

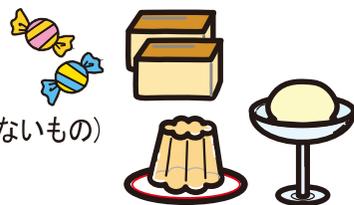


《脂肪の少ない魚・肉》

鯛 カレイ ヒラメ 鶏ささ身 ひれ肉

おやつ

透明な飴 カステラ
ゼリー (寒天を含まないもの)
シャーベット (乳成分を含まないもの)
りんご バナナ



飲み物

コーヒー・紅茶 (砂糖は可、ミルク・レモンは不可)
お茶 実のないジュース
スポーツドリンク



検査前日に避けてほしい食物

食物繊維の多いもの (野菜、キノコ、豆類、海藻など)、脂肪分の多いもの、小さな種のある果物などを避けてください。

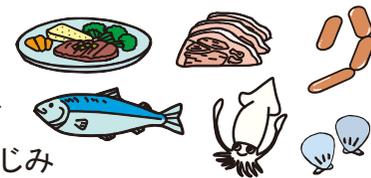
穀類・豆類

玄米 発芽米 麦 ごま
納豆 枝豆 ピーナッツ
つぶあん



脂肪の多い肉類・魚類・貝類

ベーコン ソーセージ
サーロインステーキ
マグロ さんま うなぎ
タコ イカ あさり しじみ



海藻類

わかめ ひじき のり
ところ天 こんにゃく



きのこ類

しいたけ なめこ えのき
きくらげ わらび



おやつ

ドーナツ ポテトチップ
かりんとう
ケーキ



野菜類

長ネギ セロリ
玉ねぎ トマト
きゅうり
ごぼう



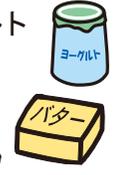
果物類 (特に種のあるもの)

みかん キウイ
スイカ レーズン
いちご
柿 梨



乳製品

ヨーグルト
チーズ
バター



揚げ物

天ぷら 串かつ フライドチキン



飲み物

牛乳 果肉入りジュース
野菜ジュース
アルコール



検査当日の朝は…



水は摂ってもかまいません。



食事は摂りません。

