



Service diététique :
05 65 55 29 71

CONSEILS ALIMENTATION SANS RESIDU POUR COLOSCOPIE ET COLOSCANNER

Il est recommandé d'exclure tous les aliments contenant des fibres et du lactose **les 3 jours précédant** la coloscopie ou le coloscanner afin d'assurer une meilleure visibilité du colon lors de l'examen.

Vous trouverez ci-dessous, la liste des aliments que vous pouvez consommer :



- Viandes

Toutes les viandes **grillées ou rôties**, dégraissées avant cuisson : volaille sans la peau, jambon blanc découenné et dégraissé, viande rôtie, escalope (de volaille, de veau ou de porc), steak haché,...

- Poissons

Tous les poissons, frais ou surgelés, **cuits en papillote, au court bouillon, à la vapeur ou pochés.**



- Œufs

Tous les œufs **cuits sans matière grasse** : œufs à la coque, durs, mollets, pochés,...

- Féculents

Potage de pâtes

Pâte, riz blanc, semoule, tapioca, polenta, farine blanche, maïzena

Pomme de terre vapeur

Biscotte ou pain **blanc**



- Fromages à pâte dure et cuite

Babybel, Bombel, Cantal, Comté, Edam, Emmental, Gruyère, Hollande, Mimolette, Pyrénées, Saint Paulin, Tome

- Produits sucrés

Sucre, miel, gelée, pâte de fruits, madeleine, biscuit à la cuillère, biscuit sec





- Matières grasses

En quantité raisonnable.

Huile, beurre, margarine, à ajouter **cru** aux aliments.

- Liquides / Boissons

Bouillon de légumes passé (**eau de cuisson** des légumes bien filtrée)

Eau plate (minérale ou du robinet)

Sirop (sauf les sirops de fruits rouges et de menthe)

Thé ou café léger

Infusion



REMARQUE :

Aucun fruit ni légume vert n'est autorisé.

Aucun légume sec, ni céréale et farine complètes ne sont autorisés.

EXEMPLES DE MENUS :

PETIT-DEJEUNER	MIDI	SOIR
Café léger ou thé léger ou tisane Biscottes ou pain Beurre ou margarine +/- Gelée de fruit	Potage alphabet Rôti de porc Tortis au beurre Tome blanche Pâte de fruits	Potage de tapioca Œuf dur vinaigrette Pomme vapeur Cantal Biscuit à la cuillère
	Vermicelles Filet de colin poché Riz créole Saint Paulin Biscotte/miel	Bouillon de légumes passé Escalope de veau grillée Semoule Emmental Madeleine
	Potage étoile Rôti de dinde Pomme vapeur Comté Biscuit/gelée de fruits	Perles du Japon Jambon blanc Coquillettes Mimolette Pâte de fruits