

TAGESBEISPIEL BEI

ÜBELKEIT UND ERBRECHEN



Vor dem Aufstehen

2-3 Zwieback
oder Knäckebrot

Frühstück

Tee / Kaffee
Milch
1 Stück Ruchbrot
wenig Butter und Konfitüre

Znüni

1 Fruchtjoghurt
1-2 Darvida / Knäckebrot

Mittagessen

½ Portion
Pouletgeschnetzeltes mit Jus
Salzkartoffeln
Gedämpfte Broccoliröschen

Zvieri

½ Stück Ruchbrot
1 Stück Hartkäse

Evtl. 2. Zvieri

Kleine Schale Pfirsichkompott

Abendessen

½ Portion
Gemüse Risotto:
Risotto-Reis
Leichtes Mischgemüse
(z.B. Rüeбли, Zucchetti, Spinat, Fenchel...)
geriebener Hartkäse

Spätmahlzeit

1 Joghurt oder Quark

Trinken Sie ca. 1,5-2 Liter Wasser oder ungesüssten Tee, oder alternativ Bouillon,
verteilt über den Tag.