

検査前日のお食事について

おすすめメニュー

炭水化物をメインにお召し上がりください



食パン

ロールパン

蒸しパン

素うどん

そうめん

ごはん

佃煮・ふりかけ×

おむすび

海苔なし 梅・鮭

たんぱく質



卵（具なし）

魚（皮なし）

豆腐

鶏ささみ肉

おやつ



バナナ

リンゴ
種・皮なし

ヨーグルト
プレーン

ゼリー

プリン

クッキー

クラッカー

キャラメル

お水・スポーツドリンク・お茶は積極的におとりください



避けていただきたいメニュー



玄米

そば

ラーメン

スパゲッティ

全粒粉のパン

総菜パン

大根

さつまいも



山菜

レタス

キャベツ

きゅうり

ほうれん草

トマト

トウモロコシ

キノコ類



ごぼう

海藻類（ひじき 寒天）

魚介類（いか たこ えび 貝類）



豆類全般

果物（バナナ リンゴ以外）

ドライフルーツ

ゴマ

ジャム