

<p style="text-align: center;">WSKAZANE</p> <p style="text-align: center;">ŻYWIENIE DAWCY</p> <p style="text-align: center;">POPZEDNIEGO DNIA</p> <p style="text-align: center;">oraz RANO PRZED</p> <p style="text-align: center;">ODDANIEM</p>	<p style="text-align: center;">ŻYWIENIE</p> <p style="text-align: center;">PRZECIWWSKAZANE</p> <p style="text-align: center;">PRZED ODDANIEM</p>
<p>Napoje:</p> <p>herbata, kawa, zbożowa i naturalna, soki owocowe i warzywne, maślanka, kefir,</p> <ul style="list-style-type: none"> - mleko i zupy mleczne (makarony, kasze, ryż, płatki) - pieczywo - świeże masło (mało lub bez) - twaróg, chudy ser biały, - miód sztuczny i naturalny, dżem, powidła, - chude wędliny, - mięso gotowane chude (ryby, drób, wołowina) - warzywa, owoce. 	<ul style="list-style-type: none"> - alkohol - śmietana - majonez - jaja - żółte sery - smalec - margaryna i masło roślinne - oleje - tłuste mięsa, boczek, bekon, kiełbasa, wieprzowina, baranina, kaszanka, salceson, pasztety, konserwy rybne, - wszelkie pokarmy smażone i opiekane na tłuszczu - lody, kremy.

Zmieniony (14.10.2008.)