

VMA'dan Fakir Diyet

Yasaklar ;

Çay, Neskafé, Kahve, Kakao, Kakaolu Yiyecekler ve İçecekler.

Tüm Taze ve Kurutulmuş Meyveler, Taze ve Kurutulmuş Meyve ile yapılan Yiyecekler.

Dondurma, Dondurma Kûlahı, Çikolata, Gofretler.

Vanilyalı Soslar, Vanilyalı her türlü Yiyecek ve İçecekler (Pastalar, Bisküviler, Salep, Muhallebiler, Sütlaç, Kekler)

Kuruyemişler (Fındık, Fıstık, Ceviz)

Meyve Suları, Meşrubatlar, Kolalar, Tüm Hazır Yiyecekler

Salça, Domates, Havuç

Reçeller

Not. Yemeklerde salçayı az kullanınız.