



SAINT LOUIS HOSPITAL
AMBULATORIO MEDICO POLISPECIALISTICO
Direttore Sanitario: Dr Luigi Di Girolamo

Medico Chirurgo – Specialista in Chirurgia d’urgenza e Pronto Soccorso

AGOPUNTURA – ALLERGOLOGIA – ANGIOLOGIA:DOPPLER – CARDIOLOGIA:ECG – HOLTER CHIRURGIA GENERALE
CHIRURGIA PLASTICA – CRIOTERAPIA – DERMATOLOGIA – DIETOLOGIA – ECOGRAFIA – ENDOCRINOLOGIA
FISIATRIA – FISIOTERAPIA – GASTROSCOPIA – GINECOLOGIA E SENOLOGIA – LASERTERAPIA – MEDICINA
ESTETICA – MEDICINA LEGALE – MEDICINA INTERNA – M.O.C. – OCULISTICA – ODONTOIATRIA E PROTESI
DENTARIE – ORTOPEDIA – OTORINOLARINGOIATRIA - PEDIATRIA – PSICHIATRIA E PSICOTERAPIA – PODOLOGIA
REUMATOLOGIA – RETTOSCOPIA – TRICOLOGIA – UROLOGIA ED ENDOSCOPIA VESCICALE

00030 San Cesareo – (Roma) – Via Cesare Battisti, 1

Tel. 06.95599494 – Tel./Fax 06.9587043- e.mail luigidigirolamo3@gmail.com

Sito Web: www.luigidigirolamo.com – www.ozonoterapia1.it

Dieta a regime mite o proteica “Elena“ 7/15 giorni

Colazione	Caffè o the senza zucchero + un misurino di k protein
Metà mattina	The o caffè o infuso
Pranzo	Due misurini di k protein + verdure concesse
Merenda	un misurino di k protein
Cena	Una pasto proteico a scelta(vedi prospetto) + verdure concesse

N.B. Bere almeno due litri d’acqua.

Integrare con polivitaminici (vita felix + tricocramp)

È consentito bere the o caffè senza zucchero.

È consentito bere infusi di menta,tiglio,verbena,camomilla,arancio.

Verdure da scegliere tra:

Asparagi,broccoli,cavolfiore,cavolobianco,cavoloverde,cetrioli,finocchi,fagiolini,funghi,
insalate verdi, melanzane, pomodori, peperoni, radicchio, sedano, spinaci, zucchine, zucca.

Pasto proteico a scelta tra:

Bresaola o prosciutto crudo sgrassato	50 grammi
Prosciutto cotto sgrassato	80 grammi
Pesce fresco o surgelato	250 grammi
Seppie o calamari o polipi freschi o surgelati	350 grammi
Carni bianche	200 grammi
Carni rosse	180 grammi

(Nelle 24 ore : Condire con un cucchiaio di olio extravergine di oliva + aceto + sale + limone)