

Repas

Déjeuner / Dîner

MEAL CODE

DBML (DIABETIC MEAL)

À compter de

01 juin 2009

NOMS ALTERNATIFS:

- Pauvre en sucre
- Sans sucre ajouté

UTILISATION :

Passagers diabétiques

CARACTERISTIQUES :

Riche en glucides complexes

Riche en fibres. Pauvre en graisses. Sans sucre ajouté.

600 < calories < 800 par repas avec un maximum de 2400 calories pour 24 heures.

NOTE :

La disponibilité des édulcorants dépend des lois en vigueur dans chaque pays. Afin d'améliorer le taux de glycémie, les diabétiques pourraient prendre le sucre en combinaison avec d'autres aliments.

GUIDE :

INTERDITS

- Fritures

AUTORISES

- Viandes maigres
- Volailles (sans peau)
- Poisson (e.g thon) et fruits de mer
- Produits laitiers allégés
- Légumes (pomme de terre, carottes, chou-fleur, tomates, haricots, poivrons)
- Produits complets tels que pâtes alimentaires, pains, riz et céréales
- Denrées alimentaires riches en fibres (fruits frais et fruits secs tels que raisins, pommes, poires, bananes et oranges)
- Fruits en conserve (conditionné avec de l'eau ou du jus de fruit)
- Jus de fruits non sucrés
- Denrées alimentaires industriels destinées à des diabétiques
- Edulcorants intenses (Acésulfame-K, Aspartame, Cyclamate, Neohesperidine, Acésulfam Sel d'Aspartame, Saccharine, Sucralose, Stevia, Thaumatin, Neotame)