

Repas

Déjeuner / Dîner

MEAL CODE

VLML (VEGETARIAN LACTO-OVO MEAL)

À compter de

01 juin 2009

NOMS ALTERNATIFS:

GUIDE :

INTERDITS

- Viandes et produits dérivés
- Poisson
- Gibier ailé et produits à base de saindoux et gélatine

AUTORISES

- Aliments riches en protéines (lait, fromage, yaourt, lentilles, haricots, fromage de soja)
- Aliments riches en fer (petit pois secs, haricots, lentilles, produits complets, abricots secs, jaunes d'oeufs) et calcium (feuilles de moutarde, chou frisé, brocoli, fromage de soja, haricots blancs, figues séchées, amandes en poudre ou en pâte, grains de sésame, noix du Brésil, pistaches)
- Produits laitiers
- Oeufs
- Fromages végétariens sans présure

UTILISATION:

Végétariens consommant du lait et des oeufs

CARACTERISTIQUES:

Repas végétariens

NOTE :

Les produits additionnés d'acides gras Oméga 3 sont généralement fabriqués à base d'huile de poisson et ne sont pas recommandés.

Les fromages contenant de la présure incluent le Parmesan et Gruyère.