

Dieta baixa en potassi

Aliments	Consum diari	Consum moderat (2-3 vegades setmana)	Consum restringit
Fruita	Llimona, pera, poma, mandarina i síndria	Maduixa, grosella, pruna, figa, cirera, taronja i pinya natural	Préssec, meló, raïm, plàtan, alvocat, nectarina i albercoc
Fruita seca			Castanyes, figues seques, dàtils, cacauets, avellanes, nous, panses, ametlles, pistatxos i albercocs secs
Ous, llet i derivats	Natilles, quallada, flam d'ou i iogurt	Ou, llet sencera	Llet en pols
Peix i Marisc	Tonyina, sardina, calamar i sípia	Cranc, gamba, llagosta, escamarlà, bacallà fresc, bacallà sec, mero, rap, llobarro, lluç, llenguado i truita	Cloïsses, escopinyes, musclos i sardina de llauna
Carn i embotits	Bacó, botifarra i pernil del país	Carn de bou, gallina, guatlla i pollastre Xoriç, llom, pernil dolç, sobrassada i foie gras	Vedella, xai, conill, paó, llebre i porc
Mantegues i olis	Oli d'oliva		
Formatge	Emmental, gruyère, camembert, rocafort i parmesà	Formatge de Burgos	Formatges molt curats
Pa, brioxeria, cereals i pasta	Galetes, magdalenes, croissants i pa blanc	Pasta	Cereals integrals
Llegums i verdures	Ceba, cogombre i puré de patata	Carbassa, ceba, col, rave, pebrot, porro, pastanaga, tomàquet i mongeta tendra	Tomàquet triturat en conserva, llegums i espinacs
Altres	Arròs blanc	Vísceres	Bolets, xocolata, quètxup, sal vegetal, regalèssia i sopa de sobre

Font: Unitat de Nefrologia. Consors Hospitalari de Vic