

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ:

Понедельник:

В течение всего дня: любые фрукты в любом количестве в любое время, в сочетании с любыми другими фруктами, кроме винограда, манго, финика, банана и инжира.

Вторник:

В течение всего дня: любые вареные овощи и любые салаты, кроме сочетания с ними картофеля и сухих злаков.

Среда:

В течение всего дня: любые фрукты из перечисленных ранее, любые вареные овощи, салаты в любом количестве и в любое время.

Четверг:

В течение всего дня: рыба или креветки (жареные или вареные) в любом количестве, салат (только капуста или салат листовой) в любом количестве, вареные овощи.

Пятница:

В течение всего дня: мясо (жареное или вареное без жира и кроме баранины) либо курица (жареная или вареная) в любом количестве, вареные овощи.

Суббота и воскресенье:

Какой-либо один вид фруктов на два дня (только яблоки, только груши, только персики, только абрикосы, только гуава) в любом количестве и в любое время.
