

ZASTOSOWANIE

Stosowana w przypadku choroby jamy ustnej oraz przełyku (zapalenie jamy ustnej, zapalenie przełyku, nowotwór przełyku, zwężenie przełyku, żylaki przełyku), w trudnościach w połykaniu i gryzieniu, w niektórych schorzeniach z towarzyszącą gorączką

ZASADY

- Spożywaj namoczone i zmiksowane pieczywo, sery zmiksowane z mlekiem lub śmietaną.
- Uwzględnij w diecie jajka zmiksowane z mlekiem lub zupą.
- Ziemniaki i mięso zmiksuj najlepiej z sosem.
- Spożywaj owoce i warzywa w formie puree (gotowane lub pieczone)
- Pamiętaj o odpowiednim nawodnieniu organizmu.
- Zadbaj o estetykę przygotowanych posiłków.
- Spożywaj posiłki w spokojnej atmosferze i bez pośpiechu.

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS JAKOŚCIOWY

I śniadanie: kasza manna na mleku, pieczywo pszenne rozmoczone w mleku, pasta z szynki i masła, kawa zbożowa na mleku

II śniadanie: jajko ugotowane na miękko, bułka rozmoczona, bawarka

Obiad: krem z brokułów, pulpety gotowane z sosem pomidorowym i puree ziemniaczanym, kompot

Podwieczorek: koktajl owocowy z mlekiem

Kolacja: papka z kaszy krakowskiej, twarogu i gotowanego jabłka, herbata

KONTAKT

pawlak.daria@wp.pl



Wojewódzki Specjalistyczny Zespół
Zakładów Opieki Zdrowotnej
Chorób Płuc i Gruźlicy
w Włocławku/Kalisza

DIETA PAPPKOWATA



	ZALECANE	W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH	ZAKAZANE
NAPOJE	Mleko i jogurty, kawa zbożowa z mlekiem, bawarka, herbaty owocowe i ziołowe, soki, woda mineralna niegazowana	Słaba kawa z mlekiem	Alkohol, mocne kakao, mocna kawa i herbata, fermentowane napoje mleczne, woda gazowana
PRODUKTY ZBOŻOWE	Pszenne: jasne, rozmoczone w wodzie, mleku, herbacie lub zupie, rozmoczone biszkopty	Rozmoczone pieczywo półcukiernicze	Chleb żytni i razowy, nierozmoczone, chrupkie pieczywo
DODATKI DO PIECZYWA	Masło, pasty serowe i rybne, pasty z wędlin, miód, marmolada, serki homogenizowane	Miękka margaryna, pasty jajeczne, pasty z ryb i wędliny, dżemy bez pestek, jajka na miękko	O konsystencji stałej, smalec, sery podpuszczkowe, sery typu fromage
ZUPY I SOSY GORĄCE	Jarzynowa i owocowa (z dozwolonych produktów), zmiksowane, zaprawiana mąką i śmietaną, sosy czyste łagodne: potrawkowy, pomidorowy, beszamelowy, owocowy	Rosół, kalafiorowa i pieczarkowa – zaprawiane mąką i śmietaną	Nieprzecierane, z nasion roślin strączkowych, pikantne, na mocnych wywarach, tłuste
DODATKI DO ZUP	Kasze, ziemniaki puree, ciasto lane, rozmoczone grzanki	Makaron nitki, rozmoczony groszek ptysiowy	Kluski kładzione, łazanki, jajko na twardo, grube makarony
MIĘSO I RYBY	Chude gatunki mięs, mięso gotowane, mielone, pulpety, budynie	Wołowina, schab, makrela, sardynki – zmielone, rozdrobnione	Wieprzowina, gęś, kaczka, baranina, tłuste ryby, mięso i ryby smażone, pieczone, nierozdrobnione
TŁUSZCZE	Masło, oleje (rzepakowy, kukurydziany, oliwa z oliwek)	Miękkie margaryny	Smalec, słonina, łój, margaryna twarda, boczek
OWOCE I WARZYWA	Marchew, dynia, pietruszka, seler, pomidory bez skóry, buraki puree, owoce jagodowe, cytrusy, banany, morele i jabłka	Kapusta, fasolka szparagowa, surówki, gruszki, śliwki, winogrona, wiśnie	Suche nasiona roślin strączkowych, całe owoce, zielona sałata
POTRAWY BEZMIĘSNE	Budynie z kasz i warzyw, risotto z sosem, kasze rozklejone	Makaron nitki z mięsem, pierogi leniwe	Zapiekanki, grube makarony, naleśniki, bigos, pizza, lasagne, placki ziemniaczane
DESERY I SŁODYCZE	Kisiele, musy, budynie, galaretki owocowe, suflety, przetarte kompoty	Czekolada, kakao, kremy	Nieprzetarty kompot, ciastka, desery o stałej konsystencji
PRZYPRAWY I POZOSTAŁE PRODUKTY	Sok z cytryny, koperek, pietruszka, melisa, rzeżucha, cynamon, majeranek, goździki, wanilia	Sól, jarzynka, tymianek, kminek, papryka słodka i bazylia	ostre: pieprz, ostra papryka, musztarda i ocet