



Показания:

хронический гастрит с секреторной недостаточностью при нерезком обострении, острые гастриты, энтериты и колиты в период обострения, хронические энтероколиты все обострения при отсутствии других сопутствующих заболеваний.

Технология приготовления:

блюда могут быть отварные, тушеные, запеченные, жареные без образования грубой корочки (не панировать в сухарях и муке), продукты желателно измельчать.



Разрешаются:

Напитки – чай с молоком, какао, кофе на воде и с молоком или со сливками.

Соки – овощные, ягодные, разбавленные водой, отвары шиповника.

Хлебные изделия – пшеничный хлеб белый и серый вчерашней выпечки, несдобные сорта булочных изделий и печенье, сухой бисквит.

Закуски – сыр неострый натертый, вымоченная сельдь, рыба, мясо и язык заливные, салаты из свежих томатов, вареных овощей с мясом, рыбой, яйцами, колбаса диетическая, докторская и молочная, ветчина нежирная, нежирный студень, паштет из печени, икра овощная, икра осетровых.

Молоко и молочные продукты – молоко с чаем и другими напитками и в составе разных блюд, сухое и сгущенное молоко в напитках и блюдах, творог, сырки, простокваша, кефир, ацидофильное молоко.

Жиры – масло сливочное, топленое, растительное рафинированное, лучше оливковое.

Яйца и яичные изделия – яйца всмятку, омлет без грубой корочки или готовят на пару.

Супы – разные супы на некрепком обезжиренном мясном, рыбном, грибной бульонах и на овощном отваре с мелко рубленными или протертыми овощами, протертыми крупами (суп-пюре, супы-крем), борщи, свекольники, щи из свежей капусты мелко нашинкованной, с мелко нарубленными овощами.

Мясные и рыбные блюда – различные изделия в виде котлет из нежирной говядины, телятины, свинины, баранины, птицы, рубленые изделия из рыбы, можно обжаривать без панировки сухарями, в кусках мясо и рыбу отваривать.

Крупяные и макаронные изделия – каши протертые, полувязкие, пудинги запеченные, котлеты из круп, обжаренные так, чтобы не образовывалась грубая корочка, макароны нарубленные, мелко отваренные, отварная вермишель, каши готовятся на воде или с добавлением молока.

Молочные продукты – кефир, простокваша и другие кисломолочные напитки, свежий творог в натуральном виде и в блюдах (суфле, пудинг, сырники, вареники), сыр тертый или ломтиками, сметана до 25 г на блюдо, молоко или сливки добавляют в блюда и напитки.

Овощи и зелень – пюре из различных овощей, пудинги, овощные котлеты, вареные, тушеные, в виде пюре, запеканок или кусочками, картофель, кабачки, тыква, морковь, свекла, цветная капуста; при переносимости – белокачанная капуста, зеленый горошек, спелые томаты; мелко шинкованная зелень добавляется в блюда.

Фрукты и ягоды, сладкие блюда и сахаристые продукты – зрелые фрукты и ягоды в виде протертых компотов, пюре, киселей, желе, муссов. Сахар, мед, конфеты, варенье. Яблоки печеные, при переносимости мандарины, апельсины, арбуз, виноград без кожицы.

Соусы – на некрепких мясных, рыбных, грибных и овощных отварах.

Напитки – чай с лимоном, кофе и какао на воде и с молоком, соки овощные, ягодные, разбавленные водой, отвары шиповника и отрубей.

Солится пища нормально. Принимать пищу рекомендуется четыре раза в день в одни и те же часы.

Запрещаются:

Изделия из теплого сдобного теста, жареное мясо и рыба, обсаленные в сухарях, жирные сорта мяса и рыбы, соленья, копчения, маринады, мясные и рыбные и другие закусочные консервы, холодные напитки, мороженое, сало свиное и кулинарные жиры, горчица, хрен, шоколад, кремовые изделия, инжир, финики, ягоды с грубыми зернами (малина, красная смородина) или грубой кожицей (крыжовник), виноградный сок, квас, из овощей – лук, редька, редис, огурцы, брюква, чеснок, грибы, сладкий перец, бобовые.

