



ДИЕТА №5П

При хроническом панкреатите в период выздоровления после обострения и вне обострения.

Приготовление пищи в основном в измельчённом и протёртом виде, на воде, на пару, запечённое в духовке. Исключаются очень горячие и очень холодные блюда.

Рекомендовано:

- слабый чай с молоком, отвар шиповника, фруктово-ягодные соки без сахара, разбавленные водой (при переносимости)
- пшеничный хлеб из муки 1-го или 2-го сортов, подсушенный или вчерашней выпечки, сухари, несладкое сухое печенье
- кисломолочные напитки, свежий не кислый нежирный творог, творожные пасты, пудинги, молоко (при переносимости)
- супы вегетарианские протёртые с картофелем, кабачками, тыквой, морковью, манной, овсяной или гречневой крупой, рисом, вермишелью (можно добавить 5 г сливочного масла и 10 г сметаны)
- яйца в виде белковых омлетов -до 2 -х белков в сутки, желтков не более 14 в блюдах
- нежирная говядина, телятина, крольчатина, курятина, индейка без кожи - в отварном или паровом виде Мясо должно быть протёртым или рубленым (котлеты, суфле, пюре, беф-Строганов, мягкое мясо куском.
- нежирные сорта рыбы, приготовленные куском или рубленые, в отварном виде

Медицинский центр «Азбука Здоровья»

г.Белгород, ул.Щорса, д.37А
г.Белгород, ул.Н.Островского, д.2

телефон: +7 (4722) 20-50-28
WhatsApp: 910-741-97-33





- каши протёртые полу вязкие из гречневой, овсяной, манной крупы, риса, сваренные на воде или на воде пополам с молоком, отварные макаронные изделия
- сливочное масло (до 30г), рафинированные растительные масла (10-15г)
- картофель, морковь, кабачки, тыква, цветная капуста, свёкла-отварная в запечённом и протёртом виде
- фрукты и ягоды- спелые и некислые, протёртые сырые, запечённые яблоки; протёртые компоты из свежих и сухих фруктов, желе, муссы полусладкие или на заменителе сахара (ксилите).

Не рекомендовано:

- кофе, какао, газированные и холодные напитки, виноградный сок
- свежий ржаной и пшеничный хлеб, изделия из сдобного и слоёного теста
- жирные молочные продукты
- супы на мясном, рыбном бульонах, овощные супы, борщи, молочные супы
- яйца, сваренные вкрутую, блюда из цельных яиц
- колбасы, копчёности, консервы, печень, почки, икра, жирные сорта мяса и рыбы
- бобовые, рассыпчатые каши, перловая, ячневая, кукурузные крупы; пшено- ограничивается
- сырые и протёртые овощи и фрукты, белокочанная капуста, редька, редис, репа, баклажаны, лук, чеснок, шпинат, щавель, грибы перец садкий в приготовленном виде
- виноград, инжир, финики, бананы
- кондитерские изделия, варенье, шоколад, мороженое
- алкогольные напитки
- пряности
- кулинарные жиры, сало.

Медицинский центр «Азбука Здоровья»

г.Белгород, ул.Щорса, д.37А
г.Белгород, ул.Н.Островского, д.2

телефон: +7 (4722) 20-50-28
WhatsApp: 910-741-97-33

