

## 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.

## Приготовление и прием пищи

Блюда могут быть отварные, тушеные, запеченные, жареные без грубой корочки (не панировать в сухарях и муке), продукты желательны измельчать. Принимать пищу рекомендуется 4 раза в день в одни и те же часы.

## Разрешаются

**Напитки:** некрепкий чай или какао, кофе на воде, в том числе с молоком

**Соки:** овощные, ягодные, разбавленные водой, отвары шиповника

**Хлебные изделия:** пшеничный хлеб белый и серый вчерашней выпечки, 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, кефир, 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

**Жиры:** масло сливочное, топленое, растительное рафинированное, лучше оливковое

**Яйца:** яйца всмятку, омлет без грубой корочки или приготовленный на пару

**Супы:** на некрепком обезжиренном мясном, рыбном, грибном бульонах и на овощном отваре с мелкорубленными или протертыми овощами, протертыми крупами (суп-пюре, суп-крем), борщи, свекольники, щи из свежей капусты, мелко нашинкованной, с мелко нарубленными овощами

**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 – белокочанная капуста, зеленый горошек, спелые томаты; мелко шинкованная зелень добавляется в блюда

**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

**Крупы и макаронные изделия:** каши протертые, полувязкие, пудинги запеканки, котлеты из круп, обжаренные так, чтобы не образовывалась грубая корочка, макароны мелконарубленные, отваренные, отварная вермишель, каши готовятся на воде или с добавлением молока

**Фрукты, ягоды, сладости:** 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

## Необходимо исключить

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