

Показания:

острые заболевания и резкое обострение хронических заболеваний кишечника с сильной диареей

Приготовление и прием пищи

Блюда жидкие и полужидкие, протертые, сваренные в воде и на пару. Солится пища нормально. Принимать пищу рекомендуется четыре раза в день, в одни и те же часы.

Разрешаются

Напитки: чай без молока, какао на воде с небольшим количеством молока

Хлебные изделия: пшеничный хлеб белый и серый вчерашней выпечки, несдобные сорта булочных изделий и печенья, белые сухарики из булки

Закуски: сыр неострый, нежирная сельдь, паштет из мяса домашнего приготовления

Молоко и молочные продукты: нежирный свежеприготовленный творог, паровое суфле, трехдневный кефир, ацидофильное молоко, сметана в небольшом количестве как приправа

Жиры: свежее сливочное масло по 5 граммов в блюда, топленое, оливковое

Яйца и яичные блюда: яйца всмятку до одного в день в виде омлета и в блюда

Супы: на обезжиренном слабом мясном и рыбном бульоне с добавлением слизистых отваров круп (манной, риса), вареного и протертого мяса, паровых кнелей и фрикаделек, яичных хлопьев, домашней лапши, вермишели.

Мясные и рыбные блюда: различные изделия из нежирной говядины, телятины, нежирной рыбы, пропущенных через мясорубку (лучше готовить на пару, при обжаривании не обваливаются в сухарях), суфле из отварного мяса, фарш

Крупяные и макаронные изделия: протертые каши на воде или обезжиренном бульоне – рисовая, овсяная, гречневая, из крупяной муки, в виде запеченных пудингов и котлет из круп без грубой корочки, макароны и вермишель отварные

Овощи и зелень: пюре из различных овощей, пудинги, овощные котлеты, запеченные или жареные без грубой корочки, капуста отварная цветная с маслом, ранние кабачки, тыква тушеные. Раннюю сырую зелень, укроп и петрушку мелко нашинкованные добавлять в различные блюда

Фрукты, ягоды, сладости: из свежих и сухих фруктов и ягод пюре, кисели, желе, муссы, варенье. Сахар, конфеты

Соки: фруктовые, ягодные и овощные сырые соки, в теплом виде, наполовину разведенные водой или чаем, в ограниченном количестве. Отвар из плодов шиповника и пшеничных отрубей

Необходимо исключить

Изделия из сдобного и теплого теста, жирные сорта мяса и рыбы, соления, копчения, маринады, мясные, рыбные и другие закусочные консервы, колбасы, холодные напитки, мороженое, овощи и фрукты в натуральном виде, пшено, перловую, ячневую крупу, кофе с молоком, газированные напитки, горчицу, хрен, перец, грибы, шоколад, изделия с кремом, бобовые, жирное молоко и молочные продукты.