

Показания:

хронические панкреатиты

Приготовление и прием пищи

Все блюда варятся в воде или на пару. Некоторые блюда можно употреблять запеченными без образования корки. Пища рекомендуется в протертом виде маленькими порциями по 5-6 раз в день.

Разрешаются

Хлеб и мучные изделия: вчерашний или подсушенный пшеничный хлеб из муки высшего и первого сорта, несдобное печенье

Супы: вегетарианские борщи, супы с добавлением протертых овощей, супы-пюре, молочные супы с добавлением воды, супы с разваренной манной, рисовой, геркулесовой крупой, с мелко нарезанными картофелем, тыквой, морковью. Заправлять супы можно маслом, подсушенной мукой, сметаной

Мясо и птица: нежирные и нежильистые виды мяса (говядина, крольчатина, индейка и курица). Предварительно из мяса следует удалить сухожилия, а из курицы — кожу. Употреблять можно в составе суфле, кнелей, пюре и т. д., но изредка допускается в пищу птица куском

Рыба: нежирные виды, отварная и паровая рыба куском или в виде котлет

Молочные продукты: молоко только в составе других блюд, кисломолочные напитки, некислый свежеприготовленный полужирный или нежирный творог и такие творожные блюда, как суфле, пудинги и др. Творог следует протереть, готовится он на пару

Яйца: белковые омлеты, приготовленные на пару и запеченные. В блюда можно добавлять 0,5-1 желток в день

Крупы: каши на молоке и воде в пропорции 1 : 1, манная, рисовая, протертая гречневая, овсяная, геркулесовая крупы, гречневая и рисовая мука. Можно употреблять манное или рисовое суфле, отварную вермишель

Овощи: картофель, морковь, свекла, цветная капуста в виде отварного и парового пюре или суфле

Фрукты, ягоды, сладости: спелые, мягкие и некислые фрукты и ягоды. Они могут быть сырыми и протертыми, запеченными, вареными, в составе киселей, желе, муссов. Сухофрукты следует протирать. Разрешены молочные кисели, мед, сахар, зефир, мармелад, варенье

Напитки: чай с лимоном, с молоком, слабый кофе с молоком, соки из сладких фруктов, ягод, отвары шиповника

Жиры: сливочное масло (30 г), рафинированные растительные масла в блюда

Необходимо исключить

Свежий и ржаной хлеб, изделия из сдобного и слоеного теста, супы на мясных, рыбных и грибных бульонах, супы из бобовых, мясо жирных сортов, а также жареное, тушеное, печень, колбасы, копчености, консервы. Также исключается жирная, соленая, тушеная рыба, консервы, икра, сливки, жирный творог и с повышенной кислотностью, соленый, острый сыр, блюда из бобовых, пшена, рассыпчатые каши, маринованные овощи, капуста, репа, редис, редька, щавель, чеснок, лук, кислые плоды и плоды, богатые клетчаткой, шоколад, мороженое, изделия из крема, какао, черный кофе, газированные и холодные напитки.