

## Показания:

хронический панкреатит в период выздоровления после обострения и вне обострения

## Приготовление и прием пищи

Блюда готовят в основном в протертом и измельченном виде, сваренные в воде и на пару, запеченные. Исключены горячие и очень холодные блюда.

## Разрешаются

**Хлеб и мучные изделия:** пшеничный хлеб подсушенный или вчерашней выпечки из муки 1-го и 2-го сортов, в виде сухарей, сухое несладкое печенье

**Супы:** вегетарианские протертые с картофелем, морковью, кабачками, тыквой, с манной, овсяной, гречневой крупой, рисом, вермишелью. Можно с добавлением 5 г сливочного масла или 10 г сметаны

**Мясо и птица:** нежирные сорта говядины, телятина, кролик, курица, индейка; птицу освобождать от кожи. В отварном или паровом виде, протертое или рубленое (котлеты, кнели, пюре, суфле, бефстроганов, куском «молодое» мясо)

**Рыба:** нежирные сорта куском и рубленая, отварная или заливная после отваривания

**Молочные продукты:** свежий некислый нежирный, кальцинированный творог, творожные пасты, пудинги, кисломолочные напитки, молоко — при переносимости

**Яйца:** белковые омлеты, до 2 яиц в сутки, желтки не более 1/2 в блюда

**Крупы:** протертые и полувязкие каши из овсяной, гречневой, манной крупы, риса, сваренные на воде или пополам с молоком, крупяные суфле, пудинги пополам с творогом, запеканки. Отварные макаронные изделия

**Овощи:** отварные и запеченные в протертом виде, картофель, морковь, цветная капуста, свекла, кабачки, тыква, зеленый горошек

**Фрукты, ягоды, сладости:** спелые мягкие некислые фрукты и ягоды, протертые сырые, запеченные яблоки, протертые компоты из свежих и сухих фруктов, желе, муссы на ксилите или полусладкие на сахаре

**Напитки:** слабый чай с лимоном, полусладкий или с ксилитом, молоком, отвар шиповника, фруктово-ягодные соки без сахара, разбавленные водой — по переносимости

**Жиры:** сливочное масло (30 г), рафинированные растительные масла (10–15 г) в блюда

## Необходимо исключить

Алкогольные напитки, кофе, какао, газированные и холодные напитки, виноградный сок, ржаной и свежий пшеничный хлеб, изделия из слоеного и сдобного теста, супы на мясном, рыбном и грибном бульонах, борщи, щи, холодные овощные супы (окрошка, свекольник), молочные супы, жирные сорта мяса, рыбы, копчености, колбасы, консервы, печень, мозги, почки, икру, молочные продукты повышенной жирности, блюда из цельных яиц, особенно жареные и вкрутую, бобовые, рассыпчатые каши (ограничивают перловую, ячневую, кукурузную крупы, пшено), белокочанную капусту, баклажаны, редьку, репу, редис, лук, чеснок, щавель, шпинат, перец сладкий, грибы, сырые непротертые овощи и фрукты, финики, инжир, виноград, бананы, кондитерские изделия, шоколад, варенье, мороженое, все пряности, кофе, какао, газированные и холодные напитки, виноградный сок, все кулинарные жиры, сало.