

Показания:

острый нефрит в период выздоровления (с 3–4 недели лечения), хронический нефрит вне обострения и без почечной недостаточности

Приготовление и прием пищи

Мясо и рыбу отваривают, умеренное химическое щажение, температура пищи обычная. В день употребляют 100-150 г рыбы или мяса, куском или рубленые.

Разрешаются

Хлеб и мучные изделия: бессолевой хлеб, блинчики и оладьи без соли на дрожжах

Супы: вегетарианские с добавлением овощей, картофеля, круп; фруктовые, молочные ограниченно, заправляют сливочным маслом, сметаной, укропом, петрушкой, лимонной кислотой, луком после отваривания

Мясо и птица: нежирные говядина, телятина, мясная и обрезная свинина, баранина, кролик, курица, индейка, после отваривания можно запекать или слегка обжаривать, язык

Рыба: нежирная, после отваривания можно запекать, обжаривать, можно заливную

Молочные продукты: молоко, сливки, кисломолочные напитки, творог и творожные блюда, сметана

Яйца: до 2 шт. в сутки всмятку или в виде омлета, можно добавлять в блюда

Крупы: различная крупа и макаронные изделия в любом приготовлении

Овощи: картофель и овощи в любом приготовлении

Закуски: винегреты без солений, салаты из свежих овощей и фруктов

Фрукты, овощи, сладкие блюда: различные фрукты и ягоды в сыром и вареном виде, компоты, кисели, жиры, желе, мед, варенье, конфеты

Напитки: чай, некрепкий кофе, соки фруктовые и овощные, отвар шиповника

Жиры: сливочное несоленое, коровье топленое и рафинированные растительные масла

Необходимо исключить

Хлеб обычной выпечки, мясные, рыбные, грибные и бобовые бульоны, жирные сорта мяса и рыбы, колбасы, рыбные и мясные консервы, копчености, сосиски, икру, сыры, бобовые, лук, чеснок, редьку, редис, щавель, шпинат, соленые, маринованные и квашеные овощи, грибы, шоколад, перец, горчицу, хрен, крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием, алкогольные напитки.