

ZASTOSOWANIE

Wskazana w stanach zapalnych błony śluzowej żołądka i jelit, nadmiernej pobudliwości jelita grubego, nowotworach jelita cienkiego, chorobach infekcyjnych przebiegających z gorączką, zaburzeniach krążenia płucnego, w okresie rekonwalescencji, przy zaburzeniach przewodu pokarmowego.

ZASADY

- Wykluczenie potraw tłustych, smażonych, wzdymających, długo zalegających w żołądku.
- Zmniejszenie podaży błonnika pokarmowego poprzez obieranie warzyw i owoców, gotowanie, miksowanie produktów
- 4-5 posiłków dziennie w tym 3 główne i 1-2 w postaci przekąsek.
- Przyjmowanie 1,5 – 2 l płynów dziennie (najlepiej woda mineralna niegazowana).
- Przyrządzanie potraw: gotowanie w wodzie, na parze, pieczenie i duszenie bez tłuszczu. Potrawy podaje się dobrze ugotowane i miękkie.

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

I ŚNIADANIE: Kawa zbożowa z mlekiem, pieczywo pszenne, pasta warzywna, wędlina drobiowa

II ŚNIADANIE: Jogurt naturalny, biszkopty, herbata owocowa

OBIAD: Barszcz biały z pieczywem pszennym, pulpety z wołowiny, ziemniaki puree, marchewka puree, kompot

PODWIECZOREK: Galaretkę owocową, biszkopty

KOLACJA: Risotto ryżu, warzyw i mięsa, herbata

**„Skutecznie leczyć,
otoczyć opieką,
natchnąć nadzieją”**

Pełnomocnik ds. Praw Pacjenta

Pawilon D., I piętro, pok. 105,

Poniedziałek 8.00 — 10.00

Środa 12.00 — 14.00

Czwartek 9.00 — 11.00

✉ pełnomocnikpp@szpital-chrzanow.pl

☎ 32 674 75 16 lub 500 784 162

Pracownik Socjalny

Pawilon D., I piętro, pok. 104,

od poniedziałku do piątku w godzinach:

7.00 - 14.35

☎ 32 624 75 14

Rejestracja Poradni Specjalistycznych

Pawilon D., parter

od poniedziałku do piątku w godzinach:

7.00 do 17.00

☎ 32 624 75 36 32 624 75 37 507 124 142

Edukacja pacjentów w zakresie:









- **odleżyn**, tel. 32 624 72 39, we wtorki w godz. od 10.00 do 12.00
- **stomii**, tel. 32 624 72 24, w czwartki w godz. 12.00 do 14.00
- **dietetyki**, tel. 32 624 70 84, pawilon D, I piętro pok. 115, pn - pt. 8.40 do 11.35



SZPITAL
POWIATOWY
W CHRZANOWIE

DIETA ŁATWOSTRAWNA



	ZALECANE	W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH	PRZECIWWSKAZANE
 Napoje	Mleko (0,5%-2%), kawa zbożowa z mlekiem, herbata z mlekiem, herbata owocowa i ziołowa, słaba herbata, soki owocowe i warzywne, napoje mleczno—owocowe i mleczno—warzywne, wody niegazowane, jogurt, kefir	Słaba kawa naturalna z mlekiem, jogurt i mleko pełnotłuste	Alkohol, mocne kakao, płynna czekolada, mocna kawa i herbata, wody gazowane, napoje typu cola/pepsi, napoje słodzone, napoje energetyzujące
 Pieczywo	Chleb pszenny, bułki, biszkopt, pieczywo cukiernicze	Graham pszenny, pieczywo cukiernicze, drożdżowe, chrupki pszenne, pieczywo razowe z dodatkiem soi	Chleb żytni świeży, chleb razowy, pieczywo chrupkie żytnie, pieczywo z otrębami
 Dodatki do pieczywa	Masło, ser homogenizowany, chudy twaróg, mięso gotowane, chude wędliny, szynka, polędwica drobiowa,	Tłusty twaróg, jaja, parówki drobiowe i cielęce	Tłuste wędliny, konserwy, salceson, pasztet, smalec, ser podpuszczkowy, sery typu „Feta”, ryby wędzone
 Zupy i sosy gorące	Chudy rosół, jarzynowa z dozwolonych warzyw, owocowa z dozwolonych owoców, grysikowa, krupnik, podprawiane zawiesiną z mąki i mleka, Sosy łagodne: koperkowy, pietruszkowy, pomidorowy	Zaprawiane mąką i śmietaną, zaciągane żółtkiem	Tłuste, z nasion roślin strączkowych, pieczarkowa, ogórkowa, kapuśniak, grzybowa, z zasmażką, Sosy: cebulowy, grzybowy, pieczarkowy, z zasmażką
 Dodatki do zup	Bułka pszenna, grzanki pszenne, kasza manna, kasza jęczmienna, ryż biały, lane ciasto, makarony pszenne,	Groszek ptysiowy, kluski francuskie, jaja na twardo	Kluski kładzione, makarony pełnoziarniste, nasiona roślin strączkowych, ryż brązowy, kasza gryczana / pęczak
 Mięso, ryby	Chuda cielęcina, młoda wołowina, królik, kurczak bez skóry, indyk bez skóry, Chude ryby: dorsz, pstrąg strumieniowy, sola, morszczuk, lin, okoń, mintaj	Wołowina, schab, leszcz	Karczek, baranina, gęś, kaczka, węgorz, karp, łosoś, makrela, śledź, sardynka, sum
 Potrawy bezmięsne	Budynie z kasz i warzyw, makaronu, risotto z sosem, kluski biszkoptowe, pierogi leniwe	Zapiekanki z warzyw, kasz, kluski francuskie, makaron z warzywami, kluski ziemniaczane	Placki ziemniaczane, bliny, kotlety ziemniaczane, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku, frytki
 Tłuszcze	Dodawane na surowo: olej rzepakowy, olej lniany, oliwa z oliwek, masło	Margaryny miękkie, olej słonecznikowy	Smalec, słonina, boczek, łój, margaryny twarde, olej kokosowy, olej palmowy
 Owoce i warzywa	Młode, soczyste: marchew, dynia, kabaczek, patisony, seler, pomidory (ze skórą lub bez), szpinak, buraki puree, sałata zielona, dojrzałe owoce jagodowe w postaci przecierów, banan, jabłko pieczone/gotowane	Kalafior, brokuł, melon, kiwi	Warzywa kapustne, cebula, czosnek, por, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, rzodkiewka, warzywa konserwowe, gruszki, śliwki, wiśnie,
 Desery	Kisiel, budyń, galaretka owocowa, galaretka mleczna, kompot, musy z dozwolonych owoców, bezy, suflety, soki i przeciera z dozwolonych owoców	Babka piaskowa, biszkopt	Tłuste ciasta, torty, kremy, desery z alkoholem, czekolada, batony, lody, chałwa, słodczy z kakao
 Przyprawy	Kwasek cytrynowy, natka pietruszki, koperek, majeranek, sok z cytryny, melisa, włoszczyzna suszona bez pora, wanilia	Papryka słodka, bazylija, tymianek, liść laurowy, ziele angielskie, sól (w ograniczonej ilości), jarzynka	Pieprz, ocet, chili, curry, musztarda, gałka muszkatołowa, gorczyca, przyprawa typu vegeta, przyprawa do zup w płynie, chrzan