

.....  
pieczęć Oddziału

## **Dieta o zmiennej konsystencji**

### **Dieta papkowata:**

Dieta ma zastosowanie :

- w chorobach jamy ustnej, przełyku, raka krtani ,zwężenia przełyku
- w przypadkach utrudnionego gryzienia i połykania
- po zabiegach chirurgicznych według wskazań lekarskich

Charakterystyka jest zbliżona dla diety łatwostrawnej .Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowatej .Potrawy muszą być sporządzone ,aby nie drażniły przełyku lub jamy ustnej chemicznie mechanicznie ani termicznie.

### **Produkty zalecane:**

**Napoje:** mleko świeże ,ukwaszone, jogurt, kefir, słaba herbata owocowa, ziołowa ,wody niegazowane mineralne ,soki owocowe.

**Pieczywo:** pszenne- jasne rozmoczone w mleku ,herbacie ,zupie ,biszkopty

**Dodatki do pieczywa:** pasty mięsne, serowe, rybne, wędlina mielona, marmolada, miód.

**Zupy ,sosy:** jarzynowa, ziemniaczana, krupnik, mleczne, czyste, zaciągane żółtkiem podprawiane mąką i śmietanką ,sos koperkowy ,pietruszkowy

**Dodatki do zup;** kasze drobne, ziemniaki puree, lane ciasto, grzanki,

**Tłuszcz :** masło, oleje ,oliwa z oliwek

**Warzywa:** młode soczyste ,jagodowe, -przetarte ,cytrusowe ,brzoskwinie, morele ,banany, jabłka gotowane, soki.

**Desery:** kompoty, musy, budynie, galaretki mleczne, owocowe

<b>Przykład diety o zmiennej konsystencji</b>	
<b>Posiłek mleczny</b>	
mleko 2% tł.	300ml
ryż	40g
cukier	20g
olej słonecznikowy	10g
mleko w proszku	200g
<b>Posiłek mięsny</b>	
mięso z kurczaka	80g
marchew	40g
pietruszkakorzeń	15g
seler	15g
ziemniaki	50g
kasza jęczmienna	40g
śmietana 18%	10g
olej rzepakowy	10g
cukier	10g
<b>Posiłek mleczny z jajkiem i sokiem jabłkowym lub pomidorowym</b>	
mleko 2% tł.	300ml
kasza kukurydziana	40g
żółtko jaja	15g
cukier	20g
owoce	250g
masło	10g
mleko w proszku	20g
<b>Posiłek mleczny z sokiem pomidorowym</b>	
mięso wołowe (rostbef)	80g
marchew	40g
pietruszkakorzeń	15g
seler	15g
pomidor	250g
kasza manna	5g
oliwa z oliwek	5g
masło	5g
cukier	10g
<b>Dieta dostarcza 200kcal w 5 posiłkach .Objętość posiłków wynosi 200ml czyli 1 kcal /1ml</b>	
<b>Białko ogółem 90g ( 80% -b.z. -18%)</b>	
<b>Tłuszcz 70-12%</b>	
<b>Węglowodany 250g-50% energii zawartej w diecie.</b>	
<b>Posiłek mleczny z Protifarmem ( preparat białkowy)</b>	

mleko 2%	300 ml
ryż	40g
cukier	10g
olej słonecznikowy	10g
<b>Protifar z sokiem owocowym</b>	
Protifar	10g
sok jabłkowy	200ml
<b>Posilek mięsny</b>	
Protifar	25g
Kurczak b/k	50g
marchew	40g
pietruszką korzeń	15g
seler	15g
kasza jęczmienna	50g
śmietanka 18%	15g
olej sojowy	15g
cukier	15g
<b>Posilek mleczny z jajkiem i Protifarem</b>	
mleko 2% tłuszczu	300ml
kasza kukurydziana	40g
żółtko jaja	15g
cukier	20g
masło	5g
Protifar	10g
<b>Posilek mięsny z sokiem pomidorowym</b>	
wołowina	50g
marchew	40g
pietruszką korzeń	15g
seler	15g
ziemniaki	50g
kasza manna	50g
oliwa z oliwek	15g
cukier	10g
sok pomidorowy	100g

*Opracowała; Diet. dypl. H. Wągiel*

*Na podstawie literatury ,Dietetyka Żywnienie Zdrowego i Chorego Człowieka ‘ ‘  
H Ciborowska, A Rudnicka Wyd. .IV*