

## **Dieta o zmiennej konsystencji**

### **Dieta papkowata:**

#### **Zastosowanie i cel diety**

Dieta ma zastosowanie :

- w chorobach jamy ustnej ,przełyku ,rak krtani, zwężenie przełyku
- w przypadku utrudnionego gryzienia i połykania.
- po zabiegach chirurgicznych według wskazań lekarskich

Charakterystyka diety;

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

#### **Produkty zalecane:**

**Napoje:** mleko świeżo 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 ,dżem

**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, marchew,dynia, kabaczki, seler, patisony, pomidory bez skórki, buraki, soki

**Owoce:** dojrzałe soczyste : jagodowe- przetarte,cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, jabłka gotowane, soki.

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

## **Przykład Jadłospisu**

<b>Posiłek mleczny :</b>	Mleko 2% tł.	300ml
	ryż	40g
	cukier	20g
	olej słonecznikowy	10g
	mleko w proszku	20g

<b>Posilek mięsny :</b>	Mięso z kurczaka	80g
	marchew	40g
	pietruszka korzeń	15g
	seler	15g
	ziemniaki	50g
	kasza jęczmienna	40g
	śmietana 18%	10g
	olej rzepakowy	10g
	cukier	10g

**Mleczny z jajkiem i sokiem jabłkowym lub pomarańczowym**

Mleko 2%	300ml
kasza kukurydziana	40g
żółtko jaja	15g
cukier	20g
owoce	250g
masło	10g
mleko w proszku	20g

**Mięsny z sokiem pomidorowym**

Mięso wołowe (rostbef)	80g
marchew	40g
pietruszka korzeń	15g
seler	15g
pomidor	250g
kasza manna	40g
oliwa z oliwek	5g
masło	5g
cukier	10g

**Dieta dostarcza : 200kcal w 5 posiłkach .Objętość posiłków wynosi 2000ml czyli 1kcal/1 ml.**

**Białko ogółem 90g ( 80% bz -18%)**

**Tłuszcz 70g - 12%**

**Węglowodany 250g -50% energii zawartej w diecie.**

**Posilek mleczny z Protifarmem/ preparat białkowy/**

Mleko 2% tłuszczu	300g
ryż	40g
cukier	10g
olej słonecznikowy	10g

<b>Protifer z sokiem owcowym</b>	Protifar	10g
	Sok jabłkowy	200g
	Protifar	25g

<b>Posilek mięsny</b>	Kurczak b/k	50g
	marchew	40g
	pietruszka korzeń	15g
	seler	15g
	ziemniaki	50g
	kasza jęczmnienna	50g
	śmietana 18 %	20g
	olej sojowy	15g
	cukier	15g

**Posilek mleczny z jajkiem i  
Protifarem**

Mleko 2% tłuszczu	300g
kasza kukurydziana	40g
żółtko jaja	15g
cukier	20g
masło	5g
Protifar	10g

**Posilek mięsny z sokiem pomidorowym**

Wolowina	50g
marchew	40g
pietruszka korzeń	15g
seler	15g
ziemniaki	50g
kasza manna	50g
oliwa z oliwek	15g
cukier	15g
sok pomidorowy	100g

**Opracowała : Diet. Dypl. H. Wągiel tel . 33 872 3 201 lub 240**

Na podstawie: „Dietetyka żywienia Zdrowego i Chorego  
człowieka ” mgr.H .Ciborowska .  
mgr. A. Rudnicka