

## Dieta o zmienionej 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 lekarza

#### Charakterystyka diety:

Dieta jest zbliżona do diety łatwo strawnej. 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 świeżo ukwaszone, jogurt, kefir, słaba herbata owocowa, ziołowa wody niegazowane, soki owocowe

**Pieczyno:** pszenne, - jasne, rozmoczone w mleku, herbacie, zupie, biskopioy

**Dodatki do pieczywa:** masło, ser homogenizowany, pasty z sera, mięsa wędlin, ryb, marmolada, miód

**Zupy; sosy:** jarzynowe, ziemniaczana, krupnik, mleczne, czyste, zaciągane żółtkiem, podprawiane mąką i śmietanką, koperkowy, pomidorowy, potrawkowy

**Dodatki do zup:** kasze, ziemniaki, puree, lane ciasto, grzanki

**Mięso, drób, ryby:** chude gatunki mięs drobiu, ryb, królik, indyk, cielęcina, młoda wołowina, mintaj, pstrąg, dorsz,

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

**Warzywa:** młode soczyste: marchew, dynia, kabaczki, seler, patisony, pomidory bez skórki, buraki, soki

**ziemniaki:** gotowane, puree

**Owoce:** dojrzałe soczyste; jagodowe – przetarte, cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, jabłka gotowane, soki

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

Opracowano na podstawie ; „Dietetyka żywienia Zdrowego i chorego człowieka”

Mgr H Ciborowska, mgr A Rudnicka

Dietetyczka dypl. H Wągiel tel 33 872 3 201 lub





Przykład Jadłospisu:

| Lp. | Posiłek  | Produkt                | ilość /g/ |
|-----|--|------------------------|-----------|
| 1   | Mleczny  | mleko 2% tłuszczu      | 300       |
|     |  | Ryż                    | 40        |
|     |  | Cukier                 | 20        |
|     |  | Olej słonecznikowy     | 10        |
|     |  | Mleko w proszku        | 20        |
| 2   | Mięsny   | mięso z kurczaka       | 80        |
|     |  | Marchew                | 40        |
|     |  | Pietruszka korzeń      | 15        |
|     |  | Seler                  | 15        |
|     |  | Ziemniaki              | 50        |
|     |  | Kasza jęczmienna       | 40        |
|     |  | Śmietana 18%           | 20        |
|     |  | Olej rzepakowy         | 10        |
|     |  | Cukier                 | 10        |
| 3   | Mleczny z jajkiem i sokiem<br>Jabłkowym lub<br>pomarańczowym | mleko 2%               | 300       |
|     |  | Kasza kukurydziana     | 40        |
|     |  | Żółtko jaja            | 15        |
|     |  | Cukier                 | 20        |
|     |  | Owoce                  | 250       |
|     |  | Masło                  | 10        |
|     |  | Mleko w proszku        | 20        |
| 4   | Mięsny z sokiem<br>pomidorowym                               | mięso wołowe /rostbef/ | 80        |
|     |  | Marchew                | 40        |
|     |  | Pietruszka korzeń      | 15        |
|     |  | Seler                  | 15        |
|     |  | Pomidor                | 250       |
|     |  | Kasza manna            | 40        |
|     |  | Oliwa                  | 5         |

|  |  |        |    |
|--|--|--------|----|
|  |  | Masło  | 5  |
|  |  | Cukier | 10 |

Dieta dostarcza :

200kcal w 5 posiłkach .Objętość posiłków łącznie wynosi 2000ml

czyli 1 kcal /1 ml

Białko ogółem 90 g /80% b.zw – 18%

Tłuszcz 70g - 32 %

Węglowodany 250g - 50% energii zawartej w diecie.

| Lp. | Posiłek  | Produkt            | Ilość /g/ |
|-----|--|--------------------|-----------|
| 1   | Posiłek mleczny z<br>Protifarem /preparat<br>Białkowy/ | Mleko 2% tłuszczu  | 300       |
|     |  | Ryż                | 40        |
|     |  | Cukier             | 20        |
|     |  | Olej słonecznikowy | 10        |
|     |  | Protifar           | 10        |
| 2   | Protifer z sokiem<br>owocowym                          | Sok jabłkowy       | 200       |
|     |  | Protifar           | 25        |
| 3   | Posiłek mięsny   | Kurczak b/k        | 50        |
|     |  | Marchew            | 40        |
|     |  | Pietruszka korzeń  | 15        |
|     |  | Seler              | 15        |
|     |  | Ziemniaki          | 50        |
|     |  | Kasza jęczmienna   | 50        |
|     |  | Śmietana 18%       | 20        |
|     |  | Olej sojowy        | 15        |
|     |  | Cukier             | 15        |
| 4   | Posiłek mleczny z<br>jajkiem i Protifarem              | Mleko              | 300       |
|     |  | Kasza kukurydziana | 40        |
|     |  | Żółtko jaja        | 15        |
|     |  | Cukier             | 20        |
|     |  | Masło              | 5         |
|     |  | Protifar           | 10        |
| 5   | Posiłek mięsny z<br>sokiem<br>pomidorowym              | Wołowina           | 50        |
|     |  | Marchew            | 40        |
|     |  | Pietruszka         | 15        |
|     |  | Seler              | 15        |
|     |  | Ziemniaki          | 50        |
|     |  | Kasza manna        | 50        |
|     |  | Oliwa              | 15        |
|     |  | cukier             | 15        |
|     |  | sok pomidorowy     | 100       |