

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.

Pieczyno: pszenne- jasne rozmoczone w mleku ,herbacie ,zupie ,biszkopty Dodatki do pieczywa: pasty mięsne, serowe, rybne, wędlina mielona, marmolada, miód.

Zupy, sosy: jarzynowa, ziemniaczana, krupnik, młeczne, 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 młeczne, owocowe

Przykład diety o zmiennej konsystencji
Posiłek młeczny
mleko 2% tł. ryż cukier olej słonecznikowy mleko w proszku
Posiłek mięsny
mięso z kurczaka marchew pietruska korzeń seler ziemniaki kasza jęczmienna

śmietana 18% olej rzepakowy cukier
Posiłek mleczny z jajkiem i sokiem jabłkowym lub pomidorowym
mleko 2% tł. kasza kukurydziana żółtko jaja cukier owoce masło mleko w proszku
Posiłek mleczny z sokiem pomidorowym
mięso wołowe (rostbief) marchew pietruszka korzeń seler pomidor kasza manna oliwa z oliwek masło cukier
Dieta dostarcza 200kcal w 5 posiłkach .Objętość posiłków wynosi 200ml, czyli 1 kcal /1ml
Białko ogółem 90g (80% -b.z. -18%)
Tłuszcz 70-12%
Węglowodany 250g-50% energii zawartej w diecie.

Posiłek mleczny z Protifarmem (preparat białkowy)
mleko 2% ryż cukier olej słonecznikowy
Protifar z sokiem owocowym
Protifar sok jabłkowy
Posiłek mięsny
Protifar Kurczak b/k marchew pietruszka korzeń seler kasza jęczmienna śmietanka 18% olej sojowy cukier

Posiłek mleczny z jajkiem i Protifarem
mleko 2% tłuszczu kasza kukurydziana żółtko jaja cukier masło Protifar
Posiłek mięsny z sokiem pomidorowym
wołowina marchew pietruszka korzeń seler ziemniaki kasza manna oliwa z oliwek cukier sok pomidorowy

Ciborowska H., Ciborowski A. Dietetyka żywienie zdrowego i chorego człowieka . Wydawnictwo lekarskie PZWL ., Warszawa 2021.