GESSELSCHAFT MIT BESCHRÄNKTER
HAFTUNG
«SANATORIUM «SHAKHTAR»

www.san-shahtar.com
sanshahtar@gmail.com

straße Stepan Bandera, 44 Stadt Truskavets
Lemberg Region, 82 100
Telefon / Fax: +380 324751334

Reservierungen:
+38 067 777 47 25 +38 050 777 47 53

Lizenz MOZ Der Ukraine
Serie AG № 571506 aus 23.12.2010 Jahr

Diät No.4B

Indikationen: akute Darmerkrankung während der Genesung als Übergang zu einer gesunden Ernährung, chronische Darmerkrankung in der Erholungsphase nach Exazerbation, und auch ohne Exazerbation mit begleitenden Läsionen anderer Verdauungsorgane.

Der Zweck der Diät: Personen mit einer Darmschwäche eine vollständige Diät zu bieten.

Allgemeine Eigenschaften der Diät: eine physiologisch vollständige Diät mit einem leichten Anstieg des Proteingehalts, mechanische und chemische Reize des Darms, ausgenommen Nahrungsmittel und Gerichte, die die Gärung und Fäulnis des Darms fördern, erhöhen seine sekretorische und motorische Funktion stark.

Chemische Zusammensetzung und Kaloriengehalt der Diät: Kohlenhydrate - 400-420 g, Proteine - 100-120 g (60% Tier), Fette - 100 g (15-20% Gemüse), Kalorien - 2900-3000 kcal; Natriumchlorid - 10 g, freie Flüssigkeit - 1,5 L

Ernährungsregime: 5 mal am Tag.

Empfohlene Speisen und Gerichte: Suppen auf einer schwach entrahmten Fleisch- und Fischbrühe, eine Gemüsebrühe mit Fleischbällchen, Kiele, verschiedene Zerealien (außer Weizen), Fadennudeln, Nudeln, Kartoffeln, fein geschnittene Karotten, Blumenkohl, Zucchini. Brot aus Weizenmehl der höchsten und ersten Klasse, gestern oder leicht getrocknet. Trockene Kekse und Kekse. Fettarme Fleisch- und Geflügelsorten, gehackt oder in Stücken, gekocht in Wasser oder Dampf, gekochte Zunge, Milchwürste. Fettarme Fischarten, gehackt und ein Stück, in Wasser oder Dampf gekocht. Verschiedene Sauermilchgetränke, frischer Naturkäse, gedämpfte und gebackene Puddings und Quarkpfannkuchen, saure Sahne, Sahne - in Gerichten, Weichkäse. 1-2 Eier pro Tag. Verschiedene Porridge (außer Hirse, Perle und Gerste), Pudding, gekochte Nudeln, gemahlene Nudeln. Gekochte oder gedämpfte Kartoffeln, Karotten, Blumenkohl, Kürbis, Zucchini, Soufflé aus Rüben oder Karotten mit Käse, reife Tomaten in roher Form bis 100 g. Gekochter Gemüsesalat, gekochte Zunge, nicht scharf gewürzter Käse, Störkaviar,

diätetische Wurst aus der Arztpraxis, fettfreier Milchschinken. Süße reife rohe Früchte und Beeren sind begrenzt (100-150 g). Wische frische und gebackene Äpfel. Tee, Kaffee und Kakao ohne und mit Milch. Brühen von wilden Rosen und Weizenkleie. Verdünnte Früchte, Beeren und Tomatensäfte. Butter für Brot und Geschirr 10-15 g für einen Empfang, mit Toleranz - raffinierte Pflanzenöle bis zu 5 g in den Gerichten.

Ausgeschlossen von der Diät: kräftige Suppen, fettige Brühe, Milchsuppe, Borschtsch, Gurkensuppe, kalte Buttermilchsuppe mit Gemüse und gekochtem Fleisch, Suppe aus Bohnen, Pilze, fettes Fleisch, Gans, fetter Fisch, salziger, geräucherter Fisch , Konserven, die meisten Würste, geräucherte, würzige, gesalzener Käse, Milchprodukte mit hohem Säuregehalt, kaum gekochte Eier, geröstete Bohnen, Radieschen, Zwiebeln, Knoblauch, Gurken, Rüben, Sauerampfer, Spinat, Pilze, Gewürze und fettige Snacks, geräuchertes Fleisch , Konserven, Aprikosen, Pflaumen, Feigen, Datteln, grobe Beeren mit dicker Schale, Eis, Schokolade, Kuchen, würzige und fette Soßen, Senf, Meerrettich, Pfeffer.