

III. DIETA LEKKOSTRAWNA O ZMIENNEJ KONSYSTENCJI (PAPKOWATA)

Dieta stosowana w: chorobach jamy ustnej i przełyku (zapalenie jamy ustnej, zapalenie przełyku, rak przełyku, zwężenie przełyku), w przypadku utrudnionego gryzienia i połykania, w niektórych chorobach przebiegających z gorączką, po niektórych zabiegach chirurgicznych według wskazań lekarza. Dieta powinna pokrywać zapotrzebowanie na podstawowe składniki odżywcze i zapewnić utrzymanie należytej masy ciała. Aby potrawą nadać formę lekkostrawną poddaje się je procesom gotowania, rozdrabniania i przecierania. Wartość energetyczna, a także dobór produktów są zbliżone do diety lekkostrawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowatej. W diecie tej bardzo ważnym składnikiem jest białko pochodzenia zwierzęcego, witamina C, witaminy z grupy B oraz składniki mineralne.

Potrawy muszą być sporządzane, aby nie drażniły zmienionego chorobowo przełyku lub jamy ustnej chemicznie, mechanicznie ani termicznie.

Uwagi technologiczne:

Potrawy przyrządzone są metodą gotowania. W diecie papkowej zastosowanie mają zupy przecierane, zupy kremy, zagęszczane żółtkiem, masłem, podprawiane zawiesiną z mąki i śmietanki. Warzywa i owoce zaleca się w postaci soków oraz w gotowanej – rozdrobnionej. Mięso ugotowane i mielone najlepiej podawać z sosami.

PRODUKTY I POTRAWY	ZALECANE	ZABRONIONE
NAPOJE	Mleko, maślanka, serwatka, jogurt, kawa zbożowa z mlekiem, słaba herbata, herbata owocowa, ziołowa, soki owocowe, wody niegazowane.	Alkohol, mocna kawa i herbata, kakao, zbyt kwaśne przetwory z mleka, wody gazowane.
PIECZYWO	Pszenne, rozmoczone w mleku, herbacie, zupie, sucharki, biszkopty rozmoczone	Chleb żytni, razowy, nierozmoczony, pieczywo chrupkie, z otrębami, z dodatkiem słonecznika, soi
DODATKI DO PIECZYWA	Masło, ser, homogenizowany, pasty serowe, z mięsa gotowanego, z wędlin, z ryb gotowanych, z jaj gotowanych, marmolada, miód	Wszystkie o stałej konsystencji, pikantne, tłuste wędliny, konserwy, podroby, sery podpuszczkowe
ZUPY I SOSY	Jarzynowe z dozwolonych warzyw, ziemniaczana, , krupniki owocowe, mleczne, wszystkie przetarte lub zmiksowane, zaprawiane mąką i śmietaną, zaciągane żółtkiem, zupy czyste. Chude rosoly i buliony	Wszystkie nieprzecierane, z nasion roślin strączkowych, zasmażane, pikantne, tłuste, zaprawiane kwaśną śmietaną, na mocnych wywarach mięsnych kostnych, grzybowych, sosy tłuste, zawiesiste, pikantne
DODATKI DO ZUP	Kasze, ziemniaki puree, lane ciasto, grzanki rozmoczone, makaron nitki	Kluski kładzione, grube makarony, łazanki, nasiona roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo
POTRAWY PÓŁMIĘSNE I BEZMIĘSNE	Budynie z mięsa, kasz i warzyw, risotto z sosem, kasze rozgotowane, makaron nitki z mięsem mielonym	Zapiekanki z ziemniaków, mięsa i warzyw, makaronu i kasz, naleśniki, knedle, grube makarony, kluski ziemniaczane, placki ziemniaczane, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku
MIĘSO, RYBY I DRÓB	Chudy drób, ryby, mięso gotowane, mielone, budynie, pulpety, potrawy z mięsem mielonym	Tłuste gatunki mięs, baranina, kaczka, wieprzowina, tłuste ryby (węgorz, łosoś), potrawy smażone, pieczone
TŁUSZCZE	Masło, oleje: rzepakowy, kukurydziany, oliwa z oliwek, miękkie margaryny	Smalec, słonina, boczek, tój, twarde margaryny
WARZYWA	Marchew, dynia, buraki, kabaczki, pietruszka, seler, pomidor bez skórki, szpinak, groszek zielony	Suche nasiona roślin strączkowych, sałata zielona, wszystkie w całości, grubo starte surówki
ZIEMNIAKI	Gotowane, puree	Gotowane w całości, smażone, pieczone
OWOCE	Jagodowe, cytrusowe, wiśnie, brzoskwinie, morele, banany, w postaci przecierów, jabłka pieczone, gotowane	Wszystkie w całości
DESERY	Kompoty, kisiele, musy, budynie, galaretki owocowe	Kompoty nie przetarte, ciasta, wszystkie o stałej konsystencji
PRZYPRAWY	Tylko łagodne (sól, kminek, zioła, sok z cytryny, koperek, wanilia, cynamon, zielona pietruszka)	Ostre (ocet, pieprz, musztarda, papryka, chili)



Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 1 im. Norberta Barlickiego

Uniwersytetu Medycznego w Łodzi

90-153 Łódź, ul. Kopcińskiego 22 | NIP 725-10-19-093 | REGON 000288774

Tel. 42 677 68 34 | Fax 42 678 11 76

www.barlicki.pl