



KARACİĞER YETMEZLİĞİNDE BESLENME

EY.FR.10.719.23

Hastanın Adı ve Soyadı :

Tarih :

Protokol No :

40 GRAM PROTEİNLİ, AZ POSALI, TUZSUZ SİROZ DİYETİ

Günlük Tüketilecek Besin Miktarları

BESİN	ÖLÇÜ	MİKTAR
Peynir (tuzsuz)	 kibrit kutusu	 gram
Süt ve Yoğurt	 çay bardağı	 gram
Et (tavuk, hindi, balık)	 köfte büyüklüğünde	 gram
Ekmek	 ince dilim	 gram
Meyve	 porsiyon	 gram
Sebze	 porsiyon	 yemek kaşığı
Bal ve reçel	 tatlı kaşığı	 gram

GÜNLÜK ÖRNEK MENÜ LİSTESİ:

SABAH 8⁰⁰:	Şekerli çay veya bitki çayı su bardağı süt ince dilim ekmek (tuzsuz) kibrit kutusu peynir (tuzsuz) Bal veya reçel
ARA 10³⁰:	1 kase sade nişasta peltesi
ÖĞLE 13⁰⁰:	1 kepçe çorba (veya 1 ince dilim ekmek) yemek kaşığı pirinç pilavı veya 2 yemek kaşığı makarna yemek kaşığı sebze yemeği (sıvı yağ ile yapılmış) çay bardağı yoğurt dilim ekmek veya yerine geçenler porsiyon meyve (meyve suyu, püre veya komposto şeklinde)
ARA 15³⁰:	1 kase sade nişasta peltesi
AKŞAM 19⁰⁰:	1 kepçe çorba (veya 1 ince dilim ekmek) yemek kaşığı pirinç pilavı veya 2 yemek kaşığı makarna yemek kaşığı sebze yemeği (sıvı yağ ile yapılmış) çay bardağı yoğurt dilim ekmek veya yerine geçenler porsiyon meyve (meyve suyu, püre veya komposto şeklinde)

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.09.2025

Rev No : 00

Rev Tarihi : -

Sayfa 1 / 1

BİR İNCE DİLİM EKMEK YERİNE YENİLEBİLECEK BESİNLER:

Besin	Ölçü	Miktar
Ekmek (tuzsuz)	1 ince dilim	25 gram
Pirinç pilavı, makarna, erişte (pişmiş)	2 yemek kaşığı	30 gram
Çorba (şehriye, pirinç, unlu çorbalar)	1 küçük kepçe	100 gram
Grissini(sade)	3 adet	
Galeta (sade)	2 adet	
Etimek (tuzsuz)	2 adet	40 gram
Patates	1 küçük boy	100 gram

NOT : Çiğ olarak yenilecek meyveler : kabuksuz elma, şeftali ve muz. Diğer meyveleri komposto yaparak tüketiniz.

YASAKLAR:

- Fazla yağlı besinler, katı yağlar (tereyağı, margarin, iç yağı vb),
- Fazla yağlı et, sakatat, süt, yoğurt ve peynirler,
- Şarküteri ürünleri (salam, sucuk, sosis vb.)
- Kızartma ve kavurmalar,
- Çikolata, krema, kaymak,
- Ezme, pasta, börek, çörek, kek vb.,
- Baharatlı yemekler,
- Alkollü içecekler, hazır meşrubatlar, gazlı içecekler, soda,
- Boza, kahve, neskafe, kakao,
- Kuruyemişler (ceviz, fındık, bakla, çekirdek vb.), kurutulmuş meyveler,
- Mısır, tarhana, bulgur,
- Kurubaklagiller (kuru fasulye, mercimek, kuru bakla, barbunya fasulyesi),
- Çiğ sebzeler (domates, salatalık, turp, soğan, sarımsak, marul)
- Gaz yapıcı sebzeler (lahana, turp, kereviz, karnabahar, pırasa)
- Turşu, salamura, konserve vb.,
- Zeytin, yumurta,
- İçeriği bilinmeyen hazır gıdalar, et suyu tabletleri, kabartma tozu.

DİYET UZMANI

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.09.2025

Rev No : 00

Rev Tarihi : -

Sayfa 1 / 1

