



ÜLSER DİYETİ

EY.FR.10.719.30

Hastanın Adı Soyadı :

Tarih :

Protokol

İÇECEKLER	Laktozsuz süt, ihlamur, ev yoğurdu, ayran, kefir, ada çayı, açık çay	Koyu çay, kahve, neskafe, kakao, limonata, boza, karbonatlı içecekler (gazoz, kola vs), hazır meyve suları, maden suyu (soda), alkollü içecekler
ET-BALIK-KÜMES HAYVANLARI	Haşlanmış, ızgara veya fırında pişirilmiş	Yağda kızartılmış etler, kavurma etler, sucuk, sosis, salam, pastırma, salamura balıklar
YUMURTA VE PEYNİR	Her çeşit yumurta ve peynir serbesttir NOT: Yağda yumurta yaparken yağın yanmamasına dikkat ediniz.	
TAHİL VE KURU BAKLAGİLLER	Beyaz ekmek, çavdar ekmeği, mısır ekmeği, sade kraker, bisküvi, peksimet, kuru pastalar, fırında börekler, püre, makarna, irmik, kuskus, erişte, şehriye, mısır, bulgur, kuru baklagiller (kuru fasulye, nohut, mercimek, kuru bakla, barbunya, börülce)	NOT: Bu gruptaki gıdalar gaz yaptığı takdirde tüketilmemelidir.
ÇORBALAR	Sade suda veya domates suyunda pişirilmiş her çeşit çorbalar	Et suyu ile yapılmış çorbalar, işkembe çorbası, paça çorbası, hazır çorba
SEBZELER	İYİ PİŞMİŞ Havuç, taze fasulye, pancar, bezelye, ıspanak, kabak, semizotu, pazı, ebegümeci, patates, bamya, domates	
MEYVELER	Ekşi olmayan bütün meyve suları Olgun muz, kayısı, şeftali, kabuksuz elma, kabuksuz armut, çekirdeksiz üzüm	
YAĞLAR	Her çeşit yağ serbesttir.	
TATLILAR	Şeker, bal (süzülmüş), reçel, sade lokum, sade akide şekeri, kabak tatlısı, muhallebi, sütlaç, pelte, dondurma, jöleli tatlılar, tavuk göğsü, çikolata ve kakaosuz kekler, hamur tatlıları (revani, kadayıf, tulumba tatlısı)	Çikolata ve çikolatalı pastalar, kuru yemişler, Hindistan cevizli pastalar, kekler, incir tatlısı.

DİYET UZMANI

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.09.2025

Rev No : 01

Rev Tarihi : 31.03.2026

Sayfa 1 / 1

ÖNERİLER

- Öğünlerinizin düzenli olmasına dikkat ediniz
- Az ve sık yiyiniz (günde 6 öğün).
- Yiyeceklerinizi yavaş yiyiniz, iyi çiğneyiniz.
- Yiyecek ve içeceklerinizin çok sıcak, soğuk olmamasına dikkat ediniz
- Besinlerle ilgili tolerasyon kişiden kişiye değiştiği için yememeniz gereken yiyecekleri öncelikle kendiniz belirlemelisiniz.
- Sigara kullanmayınız, sakız, ciklet çiğnemeyiniz.
- Yemekleri pişirirken, yağ yakmamaya özen gösteriniz.
- Fazla baharatlı ve tuzlu besinler tüketmeyiniz.
- Tütsülenmiş, salamura edilmiş, konserve besinlerden uzak durunuz.
- Hazır gıdaları ve içeriğini bilmediğiniz besinleri tüketmeyiniz