



Hastanın Adı Soyadı :

Tarih :

Protokol No :

Hangi besinleri TERCİH ETMEMELİYİZ ?

Süt ve Süt Ürünleri :Süt tozu (yağlı, yağsız)

Et ve Ürünleri : Sucuk, salam, sosis, pastırma, jambon, beyin, böbrek, dalak, karaciğer, işkembe

Kurubaklagiller- Yağlı Tohumlar ;

Kuru yemişler (çekirdek, fındık, badem, ceviz)

Kurutulmuş meyveler (kuru üzüm, kuru incir, kuru kayısı)

Kurufasulye, nohut, mercimek, barbunya

Soya unu, soya fasulyesi, kestane

Meyveler : Hurma, muz, kavun, avakado, nar, kivi, yenidünya

Sebzeler : Enginar, pancar, mantar, kereviz, domates, salatalık, ıspanak, pazı, asma yaprağı, semizotu, karalahana, bakla, tatlı kabağı, maydanoz, sarımsak, börülce, kuşkonmaz

Tahıllar : Bulgur, mısır, mısır unu, tarhana, patates

Tatlılar : Çikolata, pekmez, tahin, pestil, hurma tatlısı

Diğer Besinler : Patates cipsi, soya sosu, kahve, kakao, neskafe, salça, kuş üzümü, kuru maya, kolalı içecekler ve hazır meyve suları

Çeşni Vericiler : Kuru dereotu, kuru maydanoz, hardal, toz karabiber, toz kırmızı biber, kimyon, karanfil, tarçın, zencefil, kekik

ÖNERİLER : Sebzeleri yıkadıktan sonra küçük parçalara bölünüz, haşlayınız, haşladığınız suyu dökünüz. Sebze veya meyve gurubundan 1 porsiyon tüketiniz.

DİYET UZMANI