



PANKREATİT DİYETİ

FR-HYE-04-719-27

Hastanın Adı Soyadı :

Tarih :

Protokol No :

20-30 gram yağ içeren protein ve karbonhidrattan zengin diyet

ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

SABAHA

: Çay (şekerli)
1 Kibrit kutusu yağsız beyaz peynir
Reçel, bal, pekmez, marmelat
Ekmek

ÖĞLE

: 1 yumurta büyüklüğünde ızgara tavuk (30 gram)
Haşlama patates
Yağsız sebze yemeği (yağsız)
1 çay bardağı yoğurt (kaymaksız)
Salata (yağsız)
Ekmek

AKŞAM

: 1 yumurta büyüklüğünde yağsız balık eti (30 gram)
Haşlama patates salatası (yağsız)
Yağsız sebze yemeği
Komposto, pelte, jöle, muhallebi, sütlaç
Ekmek

ARALARDA : Meyve, komposto, limonata, yağsız kek, sütlü tatlılar verilebilir. Sütlü tatlılar yağsız süttten yapılabilir.

Hangi Besinleri Tüketmemeliyiz ???

- Pasta, çikolata, krema, kaymak, hamur tatlıları, yağlı börek, çörekler
- Susam, tahin, helvalar
- Yağlı yiyecekler, yağda kızartmalar, yağlı etler, yağlı tavuk, yağlı balık
- Sucuk, salam, sosis, pastırma
- Sakatatlar (karaciğer, böbrek, beyin v.b.)
- Hayvani ve katı yağlar
- Yumurta ve yumurtalı her türlü yiyecek
- Alkollü içkiler
- Kuru yemişler
- Baharatlı yiyecekler
- Kepekli ekmek, kuru baklagiller (kuru fasulye, nohut v.b)

DİYET UZMANI