



## SPASTİK KOLON DİYETİ (İSHAL VARSA)

FR-HYE-04-719-32

Hastanın Adı Soyadı : Tarih :

Protokol No :

YIYECEK GRUBU	SERBEST YIYECEKLER	YASAKLANAN YIYECEKLER
İÇECEKLER	Açık çay, ihlamur, ayran, tatlı yoğurt, adaçayı,	Kahve, koyu çay, neskafe, süt, sütlü kahve, limonata, boza, kolalı içecekler, kakao, salep
ET, BALIK VE KÜMES HAYVANLARI	Haşlanmış ızgara veya fırında pişirilmiş dana, tavuk, hindi, balık	Yağda kızartılmış etler, sucuk, pastırma, sosis, salam, kavurma etler, salamura balık
YUMURTA VE PEYNİR	Haşlanmış yumurta, beyaz peynir	Yağda kızarmış yumurta, diğer peynir çeşitleri
TAHİL VE MAMÜLLERİ	Beyaz ekmek, kraker, peksimet, sade bisküvi, sade şekerli kuru pasta ve kekler, fırında pişirilmiş yufka böreği, kuskus, makarna, pirinç, erişte, şehriye, irmik	Kepekli ekmek, bütün taneli tahıllar (bulgur, buğday, mercimek, nohut, börülce, kuru fasulye, kuru bakla, barbunya, mısır)
ÇORBALAR	Un, şehriye, pirinç, yayla çorbaları. Süzgeçten geçirilmiş sebze çorbası	Acılı tarhana, hazır çorbalar, mercimek, bezelye unu, tarhana, domates suyu
SEBZE VE SEBZE SULARI	İYİ PİŞMİŞ havuç, taze fasulye, bezelye, kabak, bamya, patates, domates, havuç ve domates suyu	Diğer bütün sebzeler, yağda kızartılmış sebzeler, patates kızartması, pancar, ıspanak, semizotu, pazı, ebegümeçi
TATLILAR		Baharat ve meyveli tatlılar, çikolata, yağda kızartılmış hamur tatlıları, kek ve pastalar, tahin pekmez karışımı, tahin helvası
ÇEŞNİ VERİCİ YIYECEKLER	Un, süt, tuz ve yağdan yapılmış yiyecekler (sos olarak)	Bütün baharatlar, zeytin, hardal, turşular, kuru yemişler, ketçap, hindistan cevizi, salça, sirke, çemen, sarımsak, pestil, limon tuzu
YAĞLAR	Az yağlı	Hiç birisi
MEYVE VE MEYVE SULARI	Ekşi olmayan bütün meyve suları, muz, kabuğu soyulmuş elma, şeftali	Diğer çiğ meyveler, kurutulmuş meyveler

Hazırlayan AD/BD/Birim : Beslenme ve Diyet Birimi

İlk yayın tarihi : 01.05.2007

Rev No : 00

Rev Tarihi :

Sayfa 1 / 1

## ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

- Sabah:** 1-2 bardak çay (şekerli, limonlu)  
2 klibrit kutusu kadar beyaz peynir  
1-2 dilim ekmek
- Öğle:** 1 porsiyon haşlanmış veya ızgara et, tavuk, balık  
1 porsiyon pirinç pilavı veya makarna (az yağlı)  
1 su bardağı kadar yoğurt  
1-2 dilim ekmek
- İkinci:** 1 su bardağı tuzlu ayran **VEYA**  
1 adet kabuksuz elma, şeftali, muz
- Akşam:** 1 porsiyon şehriye, pirinç veya un çorbası  
1 porsiyon etli patates yemeği  
1 su bardağı kadar yoğurt  
1-2 dilim ekmek  
1 adet kabuksuz elma, şeftali, muz

**DİYET UZMANI**

<b>YİYECEK GRUBU</b>	<b>SERBEST YİYECEKLER</b>	<b>YASAKLANAN YİYECEKLER</b>
<b>İÇECEKLER</b>	Süt, salep, muzlu süt, ihlamur, ayran, adaçayı, açık çay	Kahve, koyu çay, neskafe, sütlü kahve, limonata, boza, karbonatlı kolalı alkollü içecekler, kakao
<b>ET, BALIK VE KÜMES HAYVANLARI</b>	Haşlanmış ızgara veya fırında pişirilmiş dana, tavuk, hindi, balık	Yağda kızartılmış etler, sucuk, pastırma, sosis, salam, kavurma etler, salamura balık
<b>YUMURTA VE PEYNİR</b>	Haşlanmış yumurta, beyaz peynir, kaşar peyniri, dil peyniri, gravyer peyniri	Yağda kızarmış yumurta, diğer peynir çeşitleri
<b>TAHİL VE MAMÜLLERİ</b>	Kepekli undan yapılmış ekmek, kraker, peksimet, sade bisküvi, sade şekerli kuru pasta ve kekle, fırında pişirilmiş yufka böreği, bütün taneli tahıllar, bulgur, buğday, mercimek, nohut, börülce, kuru fasulye, kuru bakla, barbunya	Beyaz ekmek, çeşnilendirilmiş kraker ve bisküviler, kuskus, makarna, pirinç, erişte, şehriye, irmik
<b>ÇORBALAR</b>	Süzgeçten geçirilmiş sebze çorbaları, un, şehriye, pirinç, mercimek unu, tarhana, yayla, bezelye unu ve domates çorbaları	Hiç birisi
<b>SEBZE VE SEBZE SULARI</b>	Bütün sebzeler	Yağda kızartılmış sebzeler, patates
<b>TATLILAR</b>	Şeker süzme bal, reçel, sade lokum, sade akide şekeri, muhallebi, sütlaç, dondurma, tavuk göğsü, kazandibi, jöleli tatlılar, komposto, krema	Baharat ve meyve içeren tatlılar, çikolata, yağda kızartılmış hamur tatlıları, kek ve pastalar, tahin pekmez karışımı
<b>ÇEŞNİ VERİCİ YİYECEKLER</b>	Un, süt, tuz ve yağdan yapılmış yiyecekler (sos olarak)	Bütün baharatlar, zeytin, hardal, turşular, kuru yemişler, ketçap, hindistan cevizi, salça, sirke, çemen, sarımsak, pestil, limon tuzu
<b>YAĞLAR</b>	Hepsi serbest	Hiç birisi
<b>MEYVE VE MEYVE SULARI</b>	Yasaklar dışındaki meyveler	Elma, şeftali, muz

## ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

- Kahvaltı Öncesi :** 1 su bardağı ılık su veya ıhlamur  
1 tatlı kaşığı kayısı veya erik marmeladı
- Sabah:** 1-2 çay bardağı süt veya ıhlamur  
1 adet yumurta (haşlanmış) veya 1 kibrit kutusu kadar peynir  
5-6 adet zeytin  
1 tatlı kaşığı kahvaltılık yağ  
1 tatlı kaşığı reçel veya marmelat  
1-2 dilim ekmek
- Öğle:** 1 porsiyon et yemeği  
1 porsiyon bitkisel yağlı sebze yemeği  
1 porsiyon bulgur pilavı  
1-2 dilim ekmek  
Salata, meyve
- Akşam:** 1 porsiyon mercimek çorbası  
1 porsiyon etli veya yumurtalı sebze yemeği  
1-2 dilim ekmek  
Salata, meyve

**DİYET UZMANI**