



## ÜLSERATİF KOLİT DİYETİ

FR-HYE-04-719-33

Hastanın Adı Soyadı : Tarih :

Protokol No :

YİYECEK GRUBU	SERBEST YİYECEKLER	YASAKLANAN YİYECEKLER
İÇECEKLER	İhlamur, ayran, yoğurt, adaçayı, açık çay	Süt, kahve, koyu çay, neskafe, sütlü kahve, limonata, boza, karbonatlı kolalı içecekler, kakao, alkollü içecekler
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, kaşar peyniri, dil peyniri, gravyer peyniri	Yağda kızarmış yumurta, diğer peynir çeşitleri
TAHILLAR	Beyaz ekmek, kraker, peksimet, sade bisküvi, sade şekerli kuru pasta ve kekle, fırında pişirilmiş yufka böreği, kuskus, makarna, pirinç, erişte, şehriye, irmik	Kepekli undan yapılmış ekmek, çeşnilendirilmiş kraker ve bisküviler, bütün taneli tahıllar (bulgur, buğday, mercimek, nohut, börülce, kuru fasulye, kuru bakla, barbunya, nohut, mısır)
ÇORBALAR	Un, şehriye, pirinç, mercimek unu, acısız tarhana, yayla, bezelye unu ve domates çorbaları	Diğer çorbalar
SEBZE VE SEBZE SULARI	İYİ PİŞMİŞ havuç, taze fasulye, pancar, bezelye, ıspanak, kabak, semizotu, pazı banyası, ebegümeci, patates, domates, havuç ve domates suyu	Diğer bütün sebzeler, yağda kızartılmış sebzeler, patates kızartması, v.s.
TATLILAR	Şeker, süzme bal, reçel, sade lokum, sade akide şekeri, jöleli tatlılar, komposto	Diğer tatlılar
ÇEŞNİ VERİCİ YİYECEKLER	Un, süt, tuz ve yağdan yapılmış yiyecekler (sos olarak)	Baharatlar, zeytin, hardal, sirke, turşular, kuru yemişler, ketçap, hindistan cevizi, salça, çemen, sarımsak, pestil, limon tuzu
YAĞLAR	Günde 2 tatlı kaşığı	Fazlası yasaktır
MEYVE VE MEYVE SULARI	Ekşi olmayan bütün meyve suları, muz, kabuğu soyulmuş elma, kiraz, şeftali, kırmızı çekirdeksiz üzüm	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

## ÜLSERATİF KOLİT ÖRNEK YEMEK LİSTESİ

**SABAH :** 1-2 ay bardağı açık çay veya ıhlamur (az Şekerli)  
1 adet haşlanmış yumurta  
2 kibrit kutusu kadar peynir  
2 tatlı kaşığı reel (tanesiz) veya bal  
Ekmek

**ARA ÖĐÜN:** 1 porsiyon meyve  
Bisküvi

**ÖĐLE :** 1 kase pirinç, un veya Şehriye orbası  
2 köfte büyüklüğünde ızgara veya haŐlama olarak et, tavuk, balık  
Pilav veya makarna  
İyi pişmiş az yağlı sebze yemeği  
1 su bardağı yoğurt  
Ekmek

**İKİNDİ :** 1 kibrit kutusu peynir  
1 dilim ekmek  
1 bardak ayran

**AKŐAM :** Öđlenin aynı

### ÖNERİLER

- Az az ve sık sık beslenmelidir
- Haftada 2 kez sebze yenebilir. Patates, kabak, havuç, ıspanak, fasulye tercih edilmelidir
- Günde 2 tatlı kaŐıđından fazla yağ yenmemelidir

**DİYET UZMANI**