# Принципы организации диетического питания в санатории «Затишье», Брянская область

**Диета №1**

Назначается при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, остром гастрите с повышенной секрецией (гиперацидный гастрит), прием пищи 4-5 раз в день, 2400-3000 ккал/день, пища варится на воде, на пару, запекается без корочки или протирается. Исключаются холодные и горячие блюда, крепкие бульоны, грибы, жирные сорта мяса и рыбы, соленья, копчености, маринады, консервы, сдобное тесто, черный хлеб, сырые, не протертые овощи и фрукты, мороженое, шоколад, черный кофе, соусы, белокачанная капуста, щавель, шпинат, лук, перец, горчица, животные жиры.

**Диета №2**

Назначается при острых и хронических гастритах с пониженной кислотностью (гипоцидный и аноцидный гастрит), а также при энтеритах и энтерорклитах, прием пищи 4-5 раз в день, 2700-3000 ккал/день. Блюда отварные, тушеные, запеченные , желательно измельченные. Исключаются продукты щелочные и обволакивающие слизистую желудка, сдобное тесто, жареное и жирное мясо и рыба, соленья, копчености, маринады, консервы, холодные напитки, мороженое, кулинарные жиры, горчица, хрен, шоколад, инжир и финики, ягоды с зернами или грубой кожицей, виноградный сок, редька, редис, огурцы, чеснок, сладкий перец, бобовые и грибы.

**Диета №5**

Назначается при заболеваниях печени, желчевыводящих путей и поджелудочной железы (гепатиты, острые холецеститы), прием пищи 5 раз в день, 2400-2650 ккал/день, блюда теплые отварные, запеченные, исключаются алкогольные напитки, свежие мучные изделия, бульоны, грибы, жирные сорта мяса, птицы и рыбы, маринады, консервы, шпинат, щавель, редис, редька, лук, икра, мороженое, шоколад, изделия с кремом, бобовые, горчица, перец, хрен, черный кофе, какао, холодные напитки, кулинарные жиры, сало, кислые фрукты и ягоды, яйца вкрутую и жареные.

**Диета №7**

Назначается при заболеваниях почек (без почечной недостаточности, вне обострения), прием пищи 5-6 раз в день, 2700-3000 ккал/день, мясо и рыбу отваривают, умеренное химическое щажение, температура пищи обычная, 3-5 г соли, жидкость 1 л в день, исключаются мясные, рыбные и бобовые бульоны, жирные сорта мяса и рыбы, колбасы, рыбные и мясные консервы, копчености, сосиски, икра, сыры, бобовые, лук, чеснок, редька, редис, щавель, шпинат, соленые, консервированные и квашенные овощи, грибы, шоколад, перец, горчица, хрен, крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием, алкогольные напитки. В день 100-150 г рыбы или мяса, куском или рубленые.

**Диета №8**

Назначается при ожирении. Прием пищи 5-6 раз в день, 1700-1850 ккал/день, 1,5 литра свободной жидкости в день. Блюда теплые, отварные, запеченные, желательна замена сахара (ксилит, сорбит, сластин) соль до 5-6 г в сутки, исключаются или резко ограничиваются мучные и кондитерские изделия, сахар, шоколад, мороженое, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, жирные молочные продукты, масло, сало, копчености, маринады, консервы, бананы, виноград . Вводятся разгрузочные дни.

**Диета №9**

Назначается при сахарном диабете. Прием пищи 5-6 раз в день, 2300-2500 ккал/день, блюда отварные, паровые, запеченные, исключаются изделия из сдобного и слоеного теста, торты, крепкие и жирные бульоны, молочные супы, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, копчености, соленья, большинство колбас, рыбные консервы в масле, икра, соленые сыры, сливки, сладкие творожные сырки, рис, манная крупа, макаронные изделия, соленые и маринованные овощи, бананы, изюм, инжир, финики, варенье, конфеты, мороженое, виноградный и др., сладкие соки, газированные напитки, животные и кулинарные жиры, алкогольные напитки.

**Диета №10**

Назначается при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (с недостаточностью 1-2я ст.). Прием пищи 6 раз в день, 2500-2600 ккал/день. Блюда готовят с умеренным механическим щажением, без соли, мясо и рыбу отваривают, при недостаточности, кровообращения более выраженной степени, (2б-3), блюда готовят в отварном и протертом виде. Исключаются: свежий хлеб, изделия из сдобного и слоеного теста, мясные, рыбные, грибные бульоны, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, печень, почки, мозги, копчености, колбасные изделия, консервы, икра, соленые, маринованные и квашеные овощи, шпинат, щавель, редька, чеснок, репчатый лук, грибы, фрукты, с грубой клетчаткой, шоколад, какао, мясные и кулинарные жиры.

**Диета №15**

Общий стол, прием пищит 4 раза в день, 2800-3000 ккал/день, применятся все способы кулинарной обработки, температура пищи обычная, исключаются жирные сорта мяса и птицы (утка, гусь), горчица, перец, животные жиры.