

Nazwa diety	DIETA PŁYNNNA
Zastosowanie	Dla osób: • według wskazań lekarza, • z chorobami jamy ustnej i przełyku, • u chorych nieprzytomnych, • które nie tolerują pożywienia (nudności, wymioty, brak łaknienia, biegunka).
Zalecenia dietetyczne	• dieta płynna ma na celu złagodzenie pragnienia i dostarczenie niezbędnej ilości płynów, • w diecie płynnej nie bierze się pod uwagę wartości odżywczej i energetycznej, • choremu podaje się głównie płyny obojętne tj. woda przegotowana lub mineralna niegazowana, napar rumianku, słaba herbata, • w skład diety płynnej może wchodzić również odtłuszczony rosół, bardzo rozcieńczony kleik, zaleca się również podawanie płynnej pozostałości po odcedzeniu kaszy, ryżu lub płatków, • dozwolone są również klarowne soki owocowe, • w początkowej fazie diety płynnej zaleca się podawać jednorazowo 30-60 ml płynów w odstępach 1 godziny, • dietę płynną stosuje się zazwyczaj do dwóch dni, jeśli po tym czasie, o ile obserwuje się poprawę stanu zdrowia, dietę można rozszerzyć poprzez dodanie jajka do kleiku lub żelatyny do soku owocowego, • w przypadku zaburzeń elektrolitowych wskazane jest podawanie doustnych płynów nawadniających.

PRZYKŁADOWE JADŁOSPISY DLA DIETY PŁYNNEJ

Dzień 1

- Śniadanie - Herbata, grysik na mleku z dodatkiem żółtka i biszkoptów, mus brzoskwiniowy, jajko na miękko.
- Obiad - Zupa krem z cukinii zmiksowana z grzankami pszennymi namoczonymi w zupie, budyń z mięsa, sos pomidorowy, papka z ziemniaków, szpinak, kompot z jabłek
- Kolacja - Kawa zbożowa z mlekiem, papka z kaszy jaglanej z twarożkiem i musem jabłkowym

Dzień 2

- Śniadanie - Herbata, papka z ryżu gotowanego na mleku z dodatkiem przetartego banana, żółtka, masła
- Obiad - Zupa krem z selera z grzankami pszennymi namoczonymi w zupie, pulpety drobiowe, sos pomidorowy, ziemniaki purée, buraczki, kompot z jabłek
- Kolacja - Kawa zbożowa z mlekiem, budyń waniliowy z musem z mango, jajko na miękko

Dzień 3

- Śniadanie - Herbata, grysik na mleku z dodatkiem miodu i żółtka, twarożku i biszkoptów
- Obiad - Zupa krem z pomidorów z grzankami pszennymi namoczonymi w zupie, mięso gotowane - mielone z jarzynami, sos pietruszkowy, ziemniaki purée, marchewka gotowana zmiksowana, kompot z jabłek
- Kolacja - Kawa zbożowa z mlekiem, papka z ryżu ugotowanego na mleku z twarożkiem i musem wiśniowym