Конкурстық құжаттамаға
16-қосымша

Сатып алынатың қызметтердің Техникалық ерекшелігі
(тапсырыс беруші толтырады)

Тапсырыс берушінің атауы:	Ақмола облысы денсаулық сақтау басқармасының жанындағы «Облыстық психикалық денсаулық орталығы» шаруашылық жүргізу құқығындағы мемлекеттік коммуналдық кәсіпорны
Ұйымдастырушының атауы:	"Ақмола облысының мемлекеттік сатып алу және коммуналдық меншік басқармасы" мемлекеттік мекемесі
Конкурстың №:	№ 17867999-2
Конкурстың атауы:	Пациенттерді тамақтандыруды ұйымдастыру қызметтері
Лоттың нөмірі:	№ 88202765-ОК1
Лоттың атауы	Услуги по организации обеспечения питания пациентов
Тауарлардың, жұмыстардың, көрсетілетін қызметтердің бірыңғай номенклатуралық анықтамалығы кодының атауы:	841212.000.000004
Қызметтің атауы:	Услуги по организации обеспечения питания пациентов
Өлшем бірлігі:	Бір қызмет
Саны (көлемі):	1
Қосылған құн салығын есептемегенде бірлік бағасы:	22417055.1
Қосылған құн салығын есепке алмағанда, сатып алуға бөлінген жалпы сома:	22417055.1
Авиациялық техниканы сатып алуды қоспағанда, тауар жаңа, пайдаланылмаған, шығарылған жылы шарт жасалған күнге дейін (үш жылға дейін) ерте болмауға тиіс:	
Қызмет көрсету мерзімі	Техникалық ерекшелікке сәйкес күн сайын, 2027 жылғы 1 қаңтардан бастап 2028 жылғы 31 желтоқсанға дейін
Аванстық төлем мөлшері:	0

Кепілдік мерзімі (айлармен)	12

Талап етілетін сипаттамалардың, параметрлердің және өзге де бастапқы деректердің сипаттамасы	Техникалық ерекшелік Ақмола облысы, Көкшетау қаласы, Ауелбеков көшесі, 36 мекенжайы бойынша Ақмола облысы Денсаулық сақтау басқармасы жанындағы "Облыстық психикалық денсаулық орталығы" ШЖҚ МКК пациенттерін емдік-диеталық тамақпен қамтамасыз ету жөніндегі қызметтерді 2027-2028 жылдарға арналған, электрондық мемлекеттік сатып алу бойынша Конкурс (балалар психиатриялық бөлімшесі). Сатып алынатын қызметтердің көлемі пациенттерді емдік-диеталық тамақтандыруды ұйымдастыру жөніндегі қызмет 2027 жылға, бір төсек-күннің бағасы, ҚҚС-сыз теңгемен 1915,52 теңге, төсек-күндер саны 5610, сомасы, ҚҚС-сыз теңгемен 10 746 067,20 теңге 2 Пациенттерді емдік-диеталық тамақтандыруды ұйымдастыру жөніндегі қызмет 2028 жылға, бір төсек-күннің бағасы, ҚҚС-сыз теңгемен 2080,39 теңге, төсек-күндер саны 5610, сомасы, ҚҚС-сыз теңгемен 11 670 987,90 теңге Барлығы 22 417 055.10 Қызмет көрсету орны: Ақмола облысы, Көкшетау қаласы, Ауелбеков көшесі, 36 Қазақстан Республикасы Қаржы министрінің 2024 жылғы 10 қыркүйектегі № 613 бұйрығының негізінде/ ӨНІМ БЕРУШІГЕ ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР: көрсетілген қызметтерді сатып алу жоспарланып отырған тиісті әкімшілік- аумақтық бірліктің (облыстың, республикалық маңызы бар қаланың және астананың) аумағында болу: Ақмола облысы, Көкшетау қ., Ауелбеков көшесі 36. Ас блогының өндірістік процесінің аутсорсингі ҚР қолданыстағы нормативтік актілеріне сәйкес жүзеге асырылады: 1. Ақмола облысының денсаулық сақтау басқармасы жанындағы «Облыстық психикалық денсаулық орталығы» ШЖҚ МКК үшін пациенттерді тамақпен қамтамасыз ету жөніндегі қызметтер мынадай сипаттамаларға сәйкес келуі тиіс: Қызметтер барлық белгіленген санитарлық-гигиеналық нормалар мен ережелерді, денсаулық сақтау ұйымдарында емдік-диеталық тамақтануды ұйымдастыруға қойылатын талаптарды сақтай отырып көрсетілуі тиіс. Емдік-диеталық тамақтандыру нормативтік құқықтық актілерге сәйкес ұйымдастырылуы тиіс: - «Республиканың мемлекеттік денсаулық сақтау ұйымдарын тамақтандыруға арналған заттай нормаларды және жұмсақ мүкәммалмен жарақтандырудың ең төменгі нормаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2002 жылғы 26 қаңтардағы № 128 қаулысы; - "Денсаулық сақтау және білім беру ұйымдарында тамақтану стандарттарын бекіту туралы"Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2020 жылғы 21 желтоқсандағы № ҚР ДСМ-302/2020 бұйрығы - Кеден одағының техникалық регламенті (КО ТР 021/2011) 2011 жылғы 9 желтоқсандағы № 880 "Тамақ өнімдерінің қауіпсіздігі туралы"; - "Жеке медициналық кітапшаларды беру, есепке алу және жүргізу қағидаларын бекіту туралы"Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2020 жылғы 16 қарашадағы № ҚР ДСМ-196/2020 бұйрығы; - "Денсаулық сақтау объектілеріне қойылатын санитариялық-эпидемиологиялық талаптар" санитариялық қағидаларын бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2020 жылғы 11 тамыздағы №ҚР ДСМ-96/2020 бұйрығы; - "Санитариялық қағидаларды бекіту туралы "Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2022 жылғы 17 ақпандағы № ҚР

	ДСМ-16 бұйрығы қоғамдық тамақтану объектілеріне қойылатын санитариялық- эпидемиологиялық талаптар; - Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2023 жылғы 7 сәуірдегі № 62 «Өндірістік бақылауды жүргізуге қойылатын санитариялық-эпидемиологиялық талаптар» санитариялық қағидаларын бекіту туралы» бұйрығы; - емдеу-диеталық тамақтану саласындағы қызметті тікелей немесе жанама реттейтін Қазақстан Республикасының өзге де қолданыстағы нормативтік- құқықтық актілері. Жеткізуші Тапсырыс берушінің бөлімшелеріне дайындалған тағамдарды жеткізу үшін қажетті қызметтердің толық кешенін ұсынуы керек, атап айтқанда: тамақтануды ұйымдастыру, оның ішінде азық-түлік рационын дайындау, дайындалған тағамды белгіленген диетаға сәйкес тасымалдауды қамтамасыз ету, барлық санитарлық-гигиеналық нормалар мен ережелерді сақтау. Жеткізілетін (тамақтандыруды ұйымдастыру кезінде пайдаланылатын) тамақ өнімдерінің қауіпсіздігі мен тағамдық құндылығы көрсеткіштері Қазақстан Республикасының нормативтік құжаттарына сәйкес келуге, сапа көрсеткіштері - емдеу-профилактикалық мекемелерде тамақтандыруды ұйымдастыруға арналған шарттың талаптарына сәйкес келуге және тамақ өнімдерінің ұқсас түрлері үшін Қазақстан Республикасының мемлекеттік стандарттарында көзделген сапа көрсеткіштерінен төмен болмауға тиіс; Тұтыну ыдысының әрбір бірлігінде орналастырылатын таңбалау (тұтынушылар үшін ақпарат) Қазақстан Республикасы нормативтік құжаттарының талаптарына сәйкес болуға тиіс. Өніммен жанасатын ақпарат жазу құралдары өнімнің сапасына әсер етпеуге, өнімдерді сақтау, тасымалдау және өткізу кезінде таңбалаудың тұрақтылығын қамтамасыз етуге және тамақ өнімдерімен жанасу үшін Қазақстан Республикасының мемлекеттік денсаулық сақтау органы жол берген материалдардан дайындалуға тиіс. Технологиялық жабдық, аппаратура, мүкәммал, ыдыс-аяқ, ыдыс Қазақстан Республикасында қолдануға рұқсат етілген материалдардан дайындалуы тиіс. Азық-түлік объектілерінде тамақ өнімдерін тасымалдау, сақтау, буып-түю және өткізу шикі тамақ өнімдерін және пайдалануға дайын тамақ өнімдері бар жартылай фабрикаттарды бөлек тасымалдауды, сақтауды, буып-түюді, сондай-ақ тамақ өнімдерінің әрбір түрі үшін қойылатын температуралық- ылғалдылық және жарық режимдерін қамтамасыз ете отырып, сақталуын, сапасы мен қауіпсіздігін қамтамасыз ете отырып, тауарлық көршілестікті сақтай отырып жүзеге асырылуға тиіс азық-түлік өнімдері. Тиеу, тасымалдау және түсіру кезінде тамақ өнімдері атмосфералық жауын-шашыннан, ылғалдан қорғалуы тиіс. Азық-түлік өнімдерін тасымалдау үшін Жеткізуші жүк бөлімшесі бар көлік құралын пайдалануы тиіс, оның ішкі беті тазартуға, жууға және дезинфекциялауға ұшырайтын, тамақ өнімдерін ластанудан, жануарлардың, оның ішінде кеміргіштер мен жәндіктердің енуінен қорғауды қамтамасыз ететін жуылатын және улы емес материалдардан жасалуы тиіс . Көлік құралдарын және (немесе) контейнерлерді бір мезгілде әртүрлі тамақ өнімдерін не тамақ өнімдерін және азық-түлік емес жүктерді тасымалдау үшін пайдаланған кезде Өнім

	беруші олардың жанасуын, ластануын және тамақ өнімдерінің органолептикалық қасиеттерінің өзгеруін болдырмайтын жағдайларды қамтамасыз етуге тиіс. Жеткізуші тамақ өнімдерінің ластануын болдырмайтын жай-күйді қамтамасыз ету үшін көлік құралдарының жүк бөлімшелерін және тамақ өнімдерін тасымалдауға арналған контейнерлерді таза ұстауға, объектіде белгіленген кезеңділікпен тазалауға, жууға тиіс. Азық-түлік өнімдерін тасымалдауға арналған көлік құралдары мен контейнерлердің жүк бөлімшелерінің ішкі беттерін жуу үшін жеткізуші нормалау құжаттарында белгіленген ауыз суға қойылатын қауіпсіздік талаптарына сәйкес келетін суды пайдалануға тиіс. Азық-түлік шикізаты мен тамақ өнімдерін тасымалдау арнайы, таза автокөлікпен жүзеге асырылады. Тамақ өнімдерін тасымалдауға арналған мамандандырылған автокөлікті (олардың қаптамасына қарамастан) басқа мақсаттар үшін пайдалануға жол берілмейді. Өндірісте тамақ өнімдерін қабылдауға және пайдалануға жол берілмейді: 1) КО ТР 021/2011 санитариялық- эпидемиологиялық талаптарға және техникалық регламентіне және (немесе) тамақ өнімдерінің қауіпсіздігі саласында қолданылатын тамақ өнімдерінің жекелеген түрлеріне арналған техникалық регламенттерге сәйкес келмейді; 2) сапасыздықтың айқын белгілері бар (бүліну, ыдырау, ластану, шірік); 3) қадағалауды куәландыратын мәліметтерді, қауіпсіздікті растайтын құжаттарды қамтитын тауарға ілеспе құжаттары жоқ; 4) дайындаушы берген таңбалауда көрсетілген ақпаратқа сәйкес келмесе; 5) белгіленген жарамдылық мерзімі жоқ немесе жарамдылық мерзімі өткен; 6) тамақ өнімдерінің қауіпсіздігі саласындағы нормативтік құқықтық актілерде көзделген мәліметтерді қамтитын таңбалауы жоқ; 7) тамақ өнімдерімен жанасуға арналмаған қаптамада; 8) таңбалауда сақтау шарттары жоқ немесе сақтау шарттары таңбалауда және (немесе) тауарға ілеспе құжаттарда көрсетілгендерге, оны сақтаудың температуралық-ылғалдылық режимдеріне сәйкес келмейді; 9) термиялық және (немесе) өзге де өңдеуден өткен өнеркәсіптік емес дайындалған тамақ өнімі болып табылады; 10) жәндіктердің, кеміргіштердің тамақ өнімдерінің өзінде болу іздері бар; 11) құрамында тыйым салынған және қолдануда шектеулері бар тағамдық қоспалар, хош иістендіргіштер, ингредиенттер және азық-түлік (тамақ) шикізаты бар; 12) Еуразиялық экономикалық одаққа мүше мемлекеттердің бірі уақытша санитариялық шаралар енгізген тамақ өнімі болып табылады. Қоғамдық тамақтандыру өнімдерін, егер бұл тамақ өнімдерінің ластануына әкеп соғуы мүмкін болса, өзге түрдегі тамақ өнімдерімен және тамақ емес өнімдермен бірлесіп сақтауға жол берілмейді. Тамақ өнімі дайындаушының қаптамасында (ыдысында) сақталуы тиіс, өндірістік үй-жайларға тасымалдау кезінде тамақ өнімін таза, таңбаланған Цех ішіндегі қаптамаға (ыдысқа) ауыстыруы тиіс. Тамақ өнімдерін көліктік қаптамада (ыдыста) өндірістік үй-жайларда сақтауға жол берілмейді. Өнім беруші тамақ өнімдерін түрлері бойынша бөлек сақтауға міндетті. Ерекше иісі бар Тамақ өнімдері (мысалы, жаңа піскен нан және нан-тоқаш өнімдері, тағамдық

	қоспалар (Дәмдеуіштер, дәмдеуіштер), хош иістендіргіштер, балық, балық өнімдері, ысталған, жартылай ысталған, қайнатылған-ысталған ет өнімдері) бөгде иістерді қабылдайтын, сіңіретін Тамақ өнімдерінен бөлек сақталуы және тасымалдануы тиіс (мысалы,сары май, ірімшік, сүзбе, жұмыртқа, шай, кофе, какао, тұз, қант және кондитерлік өнімдер). Азық-түлік өнімдерін сақтау ҚР ДСМ 24.09.2010 жылғы №755 бұйрығына сәйкес жүзеге асырылады. Тамақтандыру объектілерінде жабдықтарды орналастыру және олардың жұмысы технологиялық процестердің ағымдылығын, қызмет көрсетуге, жууға, дезинфекциялауға және жөндеуге арналған жабдыққа еркін қол жеткізу мүмкіндігін сақтай отырып, шикі және пайдалануға дайын тамақ өнімдерінің жанасу мүмкіндігін қоспағанда, қамтамасыз етілуге тиіс. Шикі және термиялық өңдеуден өткен тамақ өнімдерін ұнтақтау үшін, сондай - ақ жоғары дайындықтағы шикі жартылай фабрикаттар мен аспаздық жартылай фабрикаттар үшін бөлек технологиялық жабдықтар, ал әмбебап машиналарда-ауыстырылатын механизмдер көзделуі және пайдаланылуы тиіс. Жабдықтаушы дайын тағамды Тапсырыс берушіге арнайы термоконтейнерлерде немесе қақпағы бар (жылу оқшаулағышы бар), жақсы жуылған, қақпақтары тығыз жабылатын қайнаған сумен күйдірілген ыдыстарда тасымалдауы керек. Ыдыстарды ұсыну температурасы: ыстық тағамдар (сорпалар, соустар) беру кезінде - +75 оС төмен емес, негізгі тағамдар мен гарнирлер - +65 оС төмен емес, салқын сорпалар, сусындар - +14 оС жоғары емес. Дайындалған бірінші және екінші тағамдарды ваннельде, ыстық табақта және қыздырылған ыдыстарда дайындалған және орау сәтінен бастап екі сағаттан аспайтын уақыт ішінде немесе изотермиялық қаптамада - қызмет көрсету температурасынан төмен емес температураны сақтауды қамтамасыз ететін уақыт ішінде, ыстық көкөніс тағамдарын - +75 ° С төмен емес температурада екі сағаттан аспайтын уақытқа сақтауға болады. Салаттар мен винегреттерді қызмет көрсету алдында бірден киеді. Салқындатылған күйдегі салқын тағамдардың жарамдылық мерзімі оларды дайындау және пісіру сәтінен бастап бір сағаттан аспайды. Термиялық өңдеуден өткен және сатуға дейін уақытша сақтауға арналған ыдыстар арнайы жылдам салқындату жабдығында бір сағат бойы +65 °С-тан +5 °С температурада жылдам салқындатуға тиіс. Тамақтану кәсіпорнында дайындалған дайын тамақ өнімдерін алдыңғы күннен қалған тамақ өнімдерімен араластыруға жол берілмейді. Қоғамдық тамақтандырудың дайын өнімдерін тасымалдау үшін таза изотермиялық қаптаманы (термоколбалар немесе қақпақтары тығыз жабылатын ыдыстар) пайдалану керек, бұл ретте дайын тағамды тамақтандыру орындарына ораудан кейін бір сағаттан аспайтын мерзімде жеткізу керек. Тағамдар дайындалғаннан кейін бірден қапталады. Азық-түлікті таратқанда қаптаманы еденге қоюға жол берілмейді. Ыстық бірінші және екінші тағамдарды изотермиялық қаптамада сақтау – 3 сағаттан аспайды (оларды тасымалдау уақытын қоса алғанда). Сапасы мен қауіпсіздігі нормативтік құжаттардың талаптарына сәйкес келетін тағамдық шикізатты дайындау үшін пайдаланылуы тиіс. Дайын

	тағамдар санитарлық ережелер мен нормалардың талаптарына - тағамның тағамдық құндылығына, ассортименті мен сапасына қойылатын талаптарға сәйкес болуы, адамдардың өмірі мен денсаулығы үшін қауіпсіз болуы керек. Келісімшарттың әрекет ету мерзімі ішінде Тапсырыс беруші келесі күнге тағам дайындау үшін күнделікті мәзір макетін ұсынады. Өтініште тамақ ішетін науқастардың саны, диета No көрсетіледі, ал Жеткізуші осы ақпаратқа сәйкес дайын тағамның жеткізілуін қамтамасыз етеді. Науқастар саны азайған немесе көбейген жағдайда Тапсырыс беруші мәзірді ұсынбай-ақ қосымша өтініш беруге құқылы. Тамақты ұйымдастыру үшін негізінен дәрумендер мен микроэлементтермен байытылған тағамдық және биологиялық құндылығы жоғары өнімдерді пайдалану керек. Жеткізілетін дайын тағамдар Қазақстан Республикасының заңнамасында көзделген құжаттармен расталатын жоғары сапалы және қауіпсіз болуы керек. Әрбір тағамға рецепті, химиялық құрамы, энергетикалық құндылығы, өнімдердің таза салмағы және өнім шығымы көрсетілген макет картасы жасалады. Жартылай фабрикаттарды, көкөністерді, салаттарды, жұмыртқаны қайта өңдеуді дайындау және өңдеу «Қоғамдық тамақтандыру объектілеріне қойылатын санитариялық-эпидемиологиялық талаптар» санитариялық қағидаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің 2022 жылғы 17 ақпандағы № ҚР ДСМ-16 бұйрығына сәйкес жүзеге асырылады; Термостар азық-түлік жеткізілгеннен кейін Жеткізушіге қайтарылады. Термостарды жуу мен өңдеуді Жеткізуші жүзеге асырады. Жеткізушінің персоналы таза арнайы киіммен, сондай-ақ өндірілетін өнімдердің ассортиментіне байланысты қолды жеке қорғау құралдарымен (соның ішінде салқын тағамдарды, салаттарды және ыдыстарды порциялаумен айналысатын персоналға тамақ өнімдерімен жанасуға арналған бір реттік қолғаптармен) қамтамасыз етілуі тиіс. Ас блогының қызметкерлері, сондай-ақ жүргізуші-экспедитор Жеткізуші есебінен арнайы киіммен қамтамасыз етілуге тиіс. Дайындалған тағамдардың күнделікті үлгісі күнделікті ас үй бөлімінде және Тапсырыс берушіде қалдырылуы керек. Дайындалған ыдыстың күнделікті үлгісі стерильді (немесе қайнатылған) қасықтармен тығыз жабылатын шыны немесе металл қақпақтары бар таңбаланған стерильді (немесе қайнатылған) шыны ыдыстарда алынады. Порциялық тағамдар толығымен қабылдануы керек, ал салаттар, бірінші және үшінші тағамдар, екінші тағамдар, гарнирлер - кем дегенде 200 г. Жиналған тәуліктік сынамалар арнайы тоңазытқыш жабдықта немесе дайын тамақ өнімдерін сақтауға арналған тоңазытқыш жабдығында +2 °C - +6 °C температурада кемінде 48 сағат сақталады. 48 сағаттан кейін күнделікті үлгі тамақ қалдықтарына тасталады. Күнделікті үлгіні сақтауға арналған ыдыстар (ыдыстар, қақпақтар) өңделеді. Белгіленген нормалар мен ережелерді сақтай отырып, шарттық негізде науқастарды ыстық тамақпен қамтамасыз етуге жол беріледі. Өнім беруші дайындалған тағамның сапасын бақылау үшін Тапсырыс беруші өкілдерінің тамақ дайындау пунктіне кедергісіз кіруін қамтамасыз етеді. Жеткізуші тамақ өнімдерін, дайындалған

	тағамдарды арнайы технологиялық және тоңазытқыш жабдықтарды пайдалана отырып, сақтауды қамтамасыз етеді, сондай-ақ емдік тағамдарды бөлімдерге ыстық күйде жедел жеткізуді қамтамасыз етеді, науқастарды күніне 6 мезгіл – күн сайын тамақтандыруды ұйымдастыруды қамтамасыз етеді. Емдік-диеталық тамақтануды ұйымдастыру тәртібі: № Қызметтер атауы Жауапты тұлға 1 Пациенттер үшін күнделікті емдік-диеталық 6 біржолғы тамақтану қызметін ұйымдастыру (балалар психиатриялық бөлімшесі) орындаушы 1.1. Науқастардың санын күн сайын бір күн бұрын, жұма күні – үш күн бұрын беру Тапсырыс беруші-диеталық бике 1.2. 2 апталық перспективалық маусымдық мәзірді келісу және бекіту Орындаушы, емдәм бикесі, эпидемиолог, директоры 1.3. азық түлікті сатып алу орындаушы 1.4. тағамды дайындау орындаушы 1.5. ыстық тағамды бөлімшелерде тарату тапсырыс беруші 2 Қосалқы қызметтер 2.1 Ас үй бөлмесінде тамақ дайындауға арналған жабдықтардың жетіспейтін ассортименті мен санын сатып алу және орнату. орындаушы 2.2 Нормативтік-құқықтық актіге сәйкес өндірістік бақылау жүргізу: айына 1 рет - санитариялық-эпидемиологиялық тексеру жүргізу, тоқсанына 1 рет-зертханалық бақылау тапсырыс беруші, орындаушы 3 Дайын өнімді беру уақытының кестесі тарату уақыты 3.1 таңғы ас 9.00 3.2 екінші тағам (балалар) 11.00 3.3 түскі ас 13.00 3.4 бесін ас 16.30 3.5 кешкі ас 18.30 3.6 қосымша тағам (балалар) 21.00 Дайын тамақты (таңғы астан, екінші таңғы астан, түскі астан, түстен кейінгі түстен , кешкі астан, қосымша кешкі астан тұратын) жеткізу күн сайын күніне үш рет жүргізіледі. Дайын тамақ жеткізіледі: таңғы ас –7 сағат 30мин; түскі ас және түскі ас - 12 сағат 30мин; кешкі ас - 17 сағат 30мин. Тағам дайындау технологиясы диеталық үстелдің талаптарына қатаң сәйкес келуі керек (0-ден 15-ке дейін үстел, Жеке үстел). Тағамның энергетикалық құндылығы (энергия құндылығы, калория мөлшері) қазіргі килоджоуль (кДж) немесе ескі килокалория (ккал) бірліктерінде көрінеді. 1 ккал = 4,184 кДж. 1000 ккал=4,184 МДж (мегаггуль). Нөлдік диеталар Қолдану көрсеткіштері: ас қорыту органдарында операциядан кейін; науқастың жартылай бейсаналық жағдайы. Нысаналы мақсаты. Қатты тағамды қабылдауға қарсы көрсетілімдер болған жағдайда ағзаны тағамдық заттардың ең аз мөлшерімен қамтамасыз ету; ас қорыту органдарын барынша түсіру, ішектерде метеоризмнің (газдардың жинақталуы) алдын алу. Диета № 0а. Энергетикалық құндылығы - 3161-4271 кДж (755-1020 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 5-10 г, майлар - 15-20 г, көмірсулар - 150-200 г, Натрий хлориді - 1-2 г, бос сұйықтық - 1,8-2,2 л. Сұйық және желе тәрізді тағамдарды ұсынатын аспаздық өңдеу. Тамақтану режимі. Тамақты бөлшек бөліктерде тәулігіне 7-8 рет температурасы 45° жоғары емес; бір қабылдауға 200-300 г артық емес қабылдайды. Ұсынылады: әлсіз майсыз ет сорпасы, кілегей қосылған шырышты сорпалар, жеміс-жидек желе, жеміс-жидек шырындары, жеміс желе, қант қосылған итмұрын сорпасы. Алынып тасталады: тұтас сүт, тығыз және пюре тәрізді тағамдар, газдалған сусындар. № 0б Диета (1

	А- хирургиялық). Энергетикалық құндылығы - 6364-6908 кДж (1520-1650 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар – 40-50 г, майлар - 40-50 г, көмірсулар - 250 г, Натрий хлориді - 4-5 г; бос сұйықтық-2 л дейін. Тамақтану режимі. Күніне 6 рет жылы түрінде 350-400 г дейін қабылдауға рұқсат етіледі; 0А диетасынан кейін тағайындалады. Ұсынылады: № 0а диеталық тағамдар мен тағамдардан басқа, көкөніс сорпасындағы шырышты Жарма сорпалары, дәнді дақылдардан (қарақұмық, күріш, Геркулес) сұйық Жарма ботқалары, буға пісірілген ақуыз омлеті, жұмсақ қайнатылған жұмыртқа, бу суфле немесе майсыз ет пен балық пюресі, қышқыл емес жидектерден жасалған мусс. № 0В Диета (16-хирургиялық). Энергетикалық құндылығы-9211-10048 кДж (2200-2400 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80-90 г, майлар - 65-70 г, көмірсулар - 320-350 г, Натрий хлориді - 6-7 г, бос сұйықтық - 1,5 л. Тамақтану режимі. Күніне 6 рет жылы күйде тамақтану; физиологиялық толық тамақтануға көшу кезеңі ретінде № 0б диетасынан кейін тағайындалады. Ұсынылады: пюре сорпалары, кілегей сорпалары, қайнатылған ет пен балықтан жасалған бу тағамдары, сүзбеден жасалған бу тағамдары, кілегеймен сүртілген сүзбе, ашытылған сүт сусындары, пісірілген алма, көкөніс және жеміс пюресі, 75 г дейін ақ крекер. Диета № 1а Қолдану көрсеткіштері: өткір фазадағы ойық жара ауруы (алғашқы 8-12 күнде); өткір гастрит, созылмалы гастрит және гастродуоденитің өршуі (емдеудің алғашқы күндерінде); асқазанға операциядан кейін (6-7 күннен кейін); өңештің күйігі. Нысаналы мақсаты. Азық-түлік арнасын максималды механикалық және химиялық үнемдеу арқылы шырышты қабықтың қалпына келуіне және асқазанның рефлекторлық қозғыштығын төмендетуге, одан шығатын интероцептивті тітіркенуді азайтуға көмектеседі. Жалпы сипаттамасы. Энергия құндылығын шектеу негізінен көмірсулар мен аз мөлшерде-ақуыздар мен майларға байланысты. Асқазанның шырышты қабығын механикалық, химиялық және термиялық (өте ыстық және суық) тітіркендіретін асқазан секрециясының күшті қоздырғышы болып табылатын өнімдер алынып тасталады. Энергетикалық құндылығы 7746-8374 кДж (1850-2000 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80-90 г (65-70% Жануарлар), майлар - 80-90 г дейін (20% өсімдік), көмірсулар - 200 г, Натрий хлориді - 8 г; бос сұйықтық - 1,3-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Пісірілген немесе буға пісірілген тағам, сұйық және жартылай сұйық консистенция. Тамақтану режимі. Диета төсек демалысын қамтамасыз етеді. Тамақты күніне 2-3 сағат сайын 6 рет бөлшек бөліктерде жылы күйде (40-50 °с) қабылдайды. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері алынып тасталады. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: сіңірлерді, фассияны және майды алып тастағаннан кейін сиыр етінің, бұзаудың, қоянның майсыз сорттары. Құс теріден тазартылады. Күніне 1 рет қайнатылған еттен пюре немесе бу суфле түрінде ішіңіз. Алынып тасталды: ет пен құс етінен басқа тағамдар. 3. Балық. Ұсынылады: аз майлы сорттардың қайнатылған балықтарынан бу суфле (көксерке және т.б.) күніне 1 рет (ет орнына). Алынып тасталды: майлы

	түрлер және басқа да тағамдар. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған немесе бу омлеті түрінде (күніне 3-4 данаға дейін). Алынып тасталды: басқа түрде. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, кілегей, сүзбе бу суфле. Алынып тасталады: ірімшік және сүт қышқылы өнімдері (айран, йогурт, қаймақ, сүзбе және т.б.). 6. Майлар. Ұсынылады: тұздалмаған сары май және ыдысқа қосылған табиғи түрде жақсы тазартылған зәйтүн майы. Басқа сорттар алынып тасталады. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Жарма, күріш және қарақұмық ұнынан, толокнадан жасалған сүт сұйық ботқалары ұсынылады. Макарон өнімдері, бұршақ және басқа да ботқалар алынып тасталады. 8. Көкөністер. Ұсынылады: гомогенделген (балалар тағамы). Алынып тасталды: басқа түрде. 9. Сорпа. Ұсынылады: күріш, інжу арпа және сұлы (сұлы) жармасынан алынған сүттегі шырышты отвар. Алынып тасталды: ет, тауық еті, балық, көкөністер, саңырауқұлақтар. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер: ұсынылады: қант, бал, сүт желе; қышқыл емес жидектер мен жемістерден желатинге желе, желе, мусс; қарлыған және Меруерт. Алынып тасталды: шикі жемістер мен жидектер. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер алынып тасталады. 12. Сусындар. Ұсынылады: итмұрын, бидай кебегі, қант қосылған сумен сұйылтылған жаңа қышқыл емес жемістер мен жидектердің шырындары, сүт немесе кілегей қосылған әлсіз шай. Алынып тасталады: кофе, какао, квас, газдалған сусындар. Диета № 1б Қолдану көрсеткіштері: асқыну кезеңіндегі ойық жара ауруы (№1а диетада 8-12 күн болғаннан кейін); жедел гастрит және созылмалы гастриттің өршуі; асқазанға операциядан кейін (№1а диетасынан өту). Нысаналы мақсаты. № 1А диетадағыдай , бірақ асқазанның қалыпты қысылуымен (№1а және 1 диеталар арасындағы орташа). Жалпы сипаттамасы. Көмірсулардың әсерінен энергия құндылығын қалыпты шектеу. Ақуыздар мен майлардың қалыпты мөлшері. Асқазанды химиялық және термиялық тітіркендіретін асқазан секрециясының күшті қоздырғыштары алынып тасталады; асқазанды механикалық үнемдеу № 1а диетаға қарағанда қатаң емес. энергетикалық құндылығы - 10048-10886 кДж (2400-2600 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 90 г (60-65% жануар), майлар - 90 г (20-25% өсімдік), көмірсулар - 300-350 г, Натрий хлориді - 10 г; бос сұйықтық - 1,5 л. Аспаздық өңдеу. Пісірілген немесе буға пісірілген тағам, жартылай сұйық және пюре консистенциясы. Тамақтану режимі. Тамақ жартылай төсек жағдайында жылы күйде (40-50 °с) бөлшек бөліктерде тәулігіне 2-3 сағат сайын 6 рет қабылданады. Ұсынылады: № 1а диетасына қосымша-70-100 г АҚ крекер және құрғақ печенье, тұшпара, ет, картоп пюресі, қайнатылған ет пен балықтан жасалған суфле; сүт қосылған сүзбе. Шырышты қабаттардың орнына сорпалар сүртіледі. Көкөніс пюресі, жаңа қаймақ тұздығы. № 1А диетамен салыстырғанда № 16 диеталық рұқсат етілген кеңейтімдерді ескере отырып, шектеулер аз. Диета № 1 (негізгі) Қолдану көрсеткіштері: асқазан жарасы және созылмалы гастрит, асқазанның қалыпты және жоғарылаған секрециясы, созылмалы өршу және ремиссия кезеңінде (3-5 ай ішінде.); асқыну кезеңінде

	секреторлық жеткіліксіздігі бар созылмалы гастрит; сауығу кезеңінде жедел гастрит; қалпына келтіру кезеңінде асқазанға операция жасағаннан кейін (№1а және 1Б диеталардан кейін). Нысаналы мақсаты. № 1б диетадағыдай, бірақ асқазанның аздығымен. Жалпы сипаттамасы. Жеткілікті энергетикалық құндылығы бар және негізгі қоректік заттардың қалыпты қатынасы бар Диета. Химиялық және термиялық тамақ тітіркендіргіштері, асқазан секрециясының күшті стимуляторлары алынып тасталады. Асқазанды механикалық үнемдеу № 1б диетасына қарағанда қатаң емес. Энергетикалық құндылығы-12142-12979 кДж (2900-3100 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар – 100 г (60% жануар), майлар - 100 г (20-30% өсімдік), көмірсулар - 400-450 г; Натрий хлориді - 12 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Тамақ буға пісіріліп, қайнатылып, пюреге беріледі. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5-6 рет жылы күйде қабылданады (40-50 °C). Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: кеше пісірілген немесе кептірілген жоғары және 1-сұрыпты бидай наны; ұнсыз тоқаштар (аптасына 1-2 рет); құрғақ бисквит, ұнсыз печенье ("Мария"сияқты). Алынып тасталады: қара бидай наны, жаңа піскен, құймақ, бәліштер, бәліштер, тоқаштар, (№1 диета - хирургиялық - № 1 диетадан әлсіз ет, балық және көкөніс сорпаларын қосып, тұтас сүтті шектеумен ерекшеленеді). 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз ет сорттары (сиыр еті, бұзау, қоян) сіңірсіз және фассиясыз, қайнатылған немесе бу түрінде терісі жоқ тауықтар мен Күркетауықтар, сүртілген (котлеттер, тұшпара, фрикадельдер, картоп пюресі, суфле, орама және т.б.), бұзау, қоян, қайнатылған тауық еті, қайнатылған еттен жасалған сиыр еті. Пісірілген және бу тілі мен бауыр. Майсыз, майсыз, тұздалмаған Ветчина; докторлық және диеталық шұжықтар; ет ірімшігі, бауыр пастасы. Тыйым салынады: қуырылған және бұқтырылған ет пен құстардың майлы және қылшық сорттары, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: терісі жоқ майсыз түрлер немесе қайнатылған немесе бу түрінде котлет массасы түрінде, көкөніс қайнатпасына құйылады. Аз мөлшерде тұздалған түйіршіктелген уылдырық. Алынып тасталады: майлы түрлер (бекіре, бекіре тұқымдас балық және т.б.), ысталған, тұздалған, қуырылған, бұқтырылған. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған ет, бу омлеті және жұмыртқа (күніне 2 жұмыртқа). Алынып тасталды: қатты пісірілген, қуырылған жұмыртқа мен омлет, жұмыртқаның ақтығы. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: тұтас сүт, кілегей, бір күндік йогурт, жаңа піскен қышқыл емес қаймақ және ыдыс-аяқтардағы сүзбе (жалқау тұшпара, кәстрөл, пудингтер және т.б.); өткір емес ірімшік. Қышқылдығы жоғары сүт өнімдері, өткір ірімшіктер алынып тасталады. 6. Майлар. Ұсынылады: тұздалмаған сары май, табиғи түрде тазартылған зәйтүн және күнбағыс немесе ыдысқа қосылады. Басқа майлар, артық май алынып тасталады. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: сүтке немесе суға пісірілген жарма-жарма, жақсы қайнатылған күріш, қарақұмық және сұлы жармасы. Бу пудингтері, суфле, ұнтақталған котлеттер. Пісірілген

	туралған макарон өнімдері. Алынып тасталды: тары, інжу арпа, арпа, қарақұмық (ядро), бұршақ дақылдары, тұтас макарон. 8. Көкөністер. Ұсынылады: қызылша, картоп, сәбіз, гүлді қырыққабат, жасыл бұршақ, суда немесе буға пісірілген және сүртілген (пюре, суфле); бу пудингтері; пісірілген түрінде кесектерге кесілген цуккини мен асқабақ. Кейде аз мөлшерде піскен қышқыл емес қызанақ. Алынып тасталады: басқа көкөністер, тұздалған, маринадталған, маринадталған көкөністер мен саңырауқұлақтар, консервіленген көкөністер. 9. Сорпа. Ұсынылады: Езілген көкөністерден, сүт, жарма, рұқсат етілген Езілген көкөністер қосылған вермишельден немесе үй кеспесінен Езілген; көкөністерден, алдын ала пісірілген тауықтардан немесе еттен жасалған сүт пюре-сорпалары. Сары май, қышқыл емес қаймақ, жұмыртқаның сарысы қосылған. Алынып тасталады: ет, тауық еті, балық сорпасы, саңырауқұлақ және күшті көкөніс қайнатпалары, борщ, қырыққабат сорпасы, окрошка. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: картоп пюресі, желе, желе, мусс, пюре компоттары түрінде піскен тәтті жемістер мен жидектер. Пісірілген алма (терісі жоқ). Қамырға арналған тәтті тағамдар (мусс, самбуки), қамшыға арналған крем, кремдер, желе. Қант, бал, тәтті жидектер мен жемістерден жасалған джемдер мен джемдер, пастила, зефир. Алынып тасталады: шикі жидектер мен жемістер, қышқыл және піспеген, шоколад, халва, өңделмеген кептірілген жемістер. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт, қаймақ, жұмыртқа-май тұздықтары. Сорпаға майдалап туралған аскөк; ванилин. Алынып тасталды: басқа тұздықтар мен дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: сүт немесе кілегей қосылған әлсіз шай, сүттегі әлсіз какао, Тәтті жеміс-жидек шырындары, итмұрын сорпасы, бидай кебек. Шығарылған: квас, кофе, газдалған сусындар, қышқыл жидектер мен жемістердің шырындары. Диета № 2 Қолданылуы: асқыну фазасынан тыс асқазан секрециясы төмен созылмалы гастриттер; асқыну фазасынан тыс созылмалы энтероколиттер; шайнау аппараты функциясының бұзылуы; жедел инфекциялар мен операциялардан кейін қалпына келу кезеңі. Нысаналы мақсаты. Секрецияны ынталандыру және асқазан мен ішектің мотор функциясын қалыпқа келтіру, ішектердегі ашыту процестерін азайту. Жалпы сипаттамасы. Химиялық ынталандыруды сақтай отырып, энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы бойынша қалыпты механикалық және жылу үнемдеуі бар толық диета. Энергетикалық құндылығы-12142 кДж (2900 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100 г (60% жануар), майлар - 100 г (20-25% өсімдік), көмірсулар - 400 г; Натрий хлориді - 12 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Пісіру, сөндіру, пісіру және қатты қыртыс пайда болмай шектеулі қуырылған (нан пісіруге жол берілмейді); тамақты ұсақтау және пюреге салу. Тамақтану режимі. Бөлшек тамақтану күніне 4-5 рет жылы күйде (40-50 °c). Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: алдыңғы күнгі пісірілген немесе кептірілген бидай наны; нансыз тоқаш өнімдері, крекер, печенье, құрғақ печенье. Алынып тасталады: қара бидай наны,

	жаңа піскен май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар, құймақ, құймақ. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады:туралған сиыр еті-котлеттер, аздап қуырылған ет. Бұзау, қоян, тауық, күркетауық пісірілген, бұқтырылған, бу, пісірілген, қуырылған. Нансыз қуырыңыз. Пісірілген тіл, ет, сиыр еті, ет және бауыр пастасы, майсыз ветчина, шұжықтар: дәрігер және диета, сүт шұжықтары. Алынып тасталады: майлы және жіңішке сорттар (қой, шошқа еті, қаз, үйрек), консервілер, ысталған ет. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз қайнатылған, бұқтырылған, толтырылған, қуырылған (нансыз). Алынып тасталды: майлы түрлер, тұздалған, кептірілген, ысталған, консервіленген балық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған, араластырылған жұмыртқа, қуырылған және пісірілген омлет. Алынып тасталды: қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: әр түрлі тағамдардың құрамындағы сүт, шай және басқа да сусындар. Айран, йогурт, ацидофил, табиғи және ыдыс-аяқтардағы жаңа қышқыл емес сүзбе, ыдыс-аяқтардағы қышқыл емес қаймақ, өткір емес ірімшік. Алынып тасталды: тұтас сүт және кілегей, балмұздақ. 6. Майлар. Ұсынылады: сары май, Ги, тазартылған өсімдік майлары. Алынып тасталды: барлық басқа және май. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: үгітілген немесе қайнатылған ботқалар. Вермишель мен кеспе қайнатылған. Пісірілген пудингтер, зразалар, вермишель мен круп котлеттері. Алынып тасталды: қарақұмық (ядро), інжу арпа, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: сәбіз, қызылша-қайнатылған, пісірілген, бұқтырылған. Картоп пюресі, зраз, котлет түрінде шектеулі мөлшерде (аздап қуырылған). Сары маймен қайнатылған гүлді қырыққабат. Бұқтырылған цуккини мен асқабақ. Піскен жаңа піскен қызанақ, шикі. Алынып тасталады: ірі өсімдік талшықтарына немесе эфир майларына бай (қияр, репа, редис, шалғам, бұрыш және т.б.), маринадталған саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: ет және балық сорпаларында, көкөніс және саңырауқұлақ сорпаларында, картоп, үгітілген Жарма, майдалап туралған немесе үгітілген көкөністер, вермишель, ет тартқыштары. Алынып тасталады: сүт, бұршақ, бұршақ, жасымық, окрошка. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: пюре түрінде піскен шикі жемістер мен жидектер және терісіз жұмсақ сорттар, үгітілмеген компоттар, желе, желе, жаңа жидектер мен жемістерден жасалған мусс. Кептірілген жемістерден алынған компоттар. Пісірілген алма. Қант, бал, джем, пастила, зефир, мармелад. Алынып тасталады: қатты жемістер, ірі дәндері бар жидектер (қызыл қарақат, таңқурай) және дөрекі тері (қарлыған), інжір, құрма, халва. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: ет және балық сорпаларындағы тұздықтар, саңырауқұлақ және көкөніс сорпалары, қаймақ, лимон қосылған АҚ. Лимон қышқылы, даршын, қалампыр, лавр жапырағы, ванилин (аз мөлшерде). Алынып тасталды: майлы және ыстық тұздықтар, бұрыш, қыша, желкек. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, сүт қосылған какао, итмұрын сорпасы; жеміс, жидек, көкөніс шырындары, тұздық. Алынып тасталды: газдалған, жүзім шырыны. Диета № 3 Қолдану көрсеткіштері: алиментарлы, әдеттегі

	іш қату және тік ішектің кейбір аурулары (жарықтар, геморрой), ас қорыту жүйесінің басқа аурулары болмаған кезде. Нысаналы мақсаты. Диетаға механикалық, жылу және химиялық тітіркендіргіштерді қосу арқылы ішектің мотор функциясын ынталандыру. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы бойынша толық диета; ірі өсімдік талшықтарына бай және ішек моторикасын ынталандыратын өнімдерді қосу. Энергетикалық құндылығы - 12142-15072 кДж - (2900-3600 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100-120 г (50-60% Жануарлар), майлар - 100-120 г (20-30% өсімдік), көмірсулар - 400-500 г; Натрий хлориді - 12-15 г; бос сұйықтықты шектемейді. Аспаздық өңдеу шектеусіз әртүрлі. Тамақтану режимі. Күніне 4 рет тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: қара бидай наны, ірі бидай ұны, "докторский", "Денсаулық", "барвихинский". 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: әр түрлі, жақсырақ, кесек; терісі бар құс; ет тағамдары, желе, шұжық, шұжық, шұжық, ветчина. 3. Балық. Ұсынылады: әр түрлі дайындықтағы майсыз майшабақ, ысталған майшабақ, майшабақ, сардина, балық уылдырығы. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: қатты пісірілген, жұмыртқа. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: бір күндік сүт қышқылы сусындары, кілегей, қаймақ, сүзбе, ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: май, Ги, өсімдік майы, май. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: інжу арпа, қарақұмық (ядро), тары, ұсақ Жарма түріндегі арпа, бұршақ дақылдары. Алынып тасталды: күріш, сұлы, жарма, макарон, саго. 8. Көкөністер. Ұсынылады: кез-келген, әсіресе қызылша, қырыққабат, шалғам, қияр, уылдырық түріндегі теңіз қырыққабаты, салаттар, өсімдік майы бар винигреттер, консервіленген. 9. Сорпа. Ұсынылады: көкөніс, жеміс, бұршақ, қызылша, окрошка, борщ, қырыққабат сорпасы, негізінен салқын. Алынып тасталды: шырышты сорпалар. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: шикі жемістер мен жидектер (алынып тасталғандардан басқа), кептірілген жемістер (әсіресе қара өрік), компоттар, желе, пісірілген алма, балмұздақ, джем, бал, сироптар. Шығарылған: көкжидек, айва, Анар, итмұрын, лингонберри, алмұрт, желе, шоколад. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Әр түрлі. 12. Сусындар. Ұсынылады: көкөніс және жеміс шырындары (әсіресе қызылша, сәбіз, өрік), квас, әлсіз шай және кофе, суық сода. Диета № 4 Қолданылуы: асқыну фазасындағы созылмалы колиттер мен энтероколиттер; аурудың басындағы жіті гастроэнтероколиттер (аш күннен кейін); дизентерия, іш сүзегі, ішек туберкулезі (алғашқы 5-7 күн ішінде). Нысаналы мақсаты: Ішекті барынша механикалық, химиялық және термиялық үнемдеу; қабыну процесін жою және бұзылған функцияларды қалпына келтіру үшін жағдай жасау; ішектердегі ашыту және шіріту процестерін азайту. Жалпы сипаттамасы. Энергия құндылығының төмендеуі негізінен көмірсулар мен майларға байланысты; ақуыздардың мөлшері физиологиялық нормаға сәйкес келеді; натрий хлоридінің төмендеуі. Механикалық, химиялық және термиялық тітіркендіргіштер алынып тасталады; ішектердегі ашыту және тұндыру процестеріне

	ықпал ететін өнімдер, сіңірілмейтін тамақ, өт шығарудың күшті стимуляторлары, асқазан мен ұйқы безінің секреторлық қызметі, сондай-ақ бауырды тітіркендіретін заттар. Энергетикалық құндылығы-8583 кДж (2050 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100 г (60-70% Жануарлар), майлар - 70 г (40-50 г май), көмірсулар - 250 г (30-50 г қант); натрий хлориді - 8-10 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Тамақ қайнатылады, буға пісіріледі және сұйық, пюре және пюре түрінде қолданылады. Тамақтану режимі. Төсек режимін сақтай отырып, күніне 3-6 рет жылы күйде бөлшек тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: жоғары сұрыпты ұннан жасалған бидай наны, алдыңғы күнді пісіру (шектеулі); бидай нанынан жасалған кепкен нан; майыспайтын печенье. Алынып тасталады: қара бидай және жаңа піскен нан; қамырдан жасалған бұйымдар, құймақ, құймақ. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: сиыр еті, бұзау, тауық еті, күркетауық, үгітілген және туралған, суға немесе буға пісірілген, нанның орнына тартылған күрішке қосылған; тартылған ет ұсақ тормен ет тартқыштан 2-3 рет өтеді. Пісірілген тауық. Үгітілген ет қосылған. Алынып тасталады: майлы сорттар: қой еті, шошқа еті, қаз, үйрек, бұқтырылған және қуырылған, шұжық, ветчина, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады-майсыз (көксерке, алабұға және т.б.), туралған және сүртілген, суда немесе буға пісірілген, құйылған, аз тұздалған дәнді уылдырық. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, маринадталған, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған, бу омлеті, ыдыс-аяқта (күніне бір). Алынып тасталды: шикі, қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: ацидофильді сүт және макарон, үгітілген кальциленген сүзбе. Алынып тасталды: тұтас сүт, кілегей, қаймақ, бір күндік айран, ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі және дайын тағамдардағы май. Алынып тасталды: басқа майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: күріш, жарма, сұлы майы, қарақұмық жармасы түрінде суға немесе майсыз сорпаға, бу пудингіне, қайнатылған вермишельге. Алынып тасталды: арпа, тары, арпа, ұсақталған жарма, макарон кәстрөлдері, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: отвар түрінде (сорпаға қосылады). Алынып тасталды: барлық түрлері. 9. Сорпа. Ұсынылады: майсыз әлсіз ет, тауық еті немесе балық сорпасында, күріш, жарма, вермишель, ет тартқышы бар. Сол сорпалардағы кілегейлі сорпалар. Алынып тасталды: күшті және майлы сорпада, сүт, көкөністер, бұршақ дақылдары, суық. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: алма пюресі. Қышқыл емес жидектер мен жемістердің шырындарынан жасалған желе және желе, кептірілген қарақат, көкжидек, итмұрын, айва, құс шие отвары. Қант шектеулі мөлшерде. Алынып тасталды: жаңа піскен жемістер мен жидектер, Кептірілген жемістер, компоттар, бал, джем және басқа да тәттілер. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: май, майсыз сорпа. Алып тасталды: дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: шай (әсіресе жасыл инфузия), кофе, какао суда. Сумен сұйылтылған

	қышқыл емес жидектер мен жемістердің шырындары. Кептірілген қарақат, көкжидек, құс шие, итмұрын, айва, итмұрын Отвары. Шығарылмайды: сүт қосылған кофе мен какао, квас, жүзім шырыны, газдалған және салқын сусындар. Диета № 4б Қолдану көрсеткіштері: созылмалы колит және энтероколит өткір емес өршу фазасында (№4 диетадан кейін); жедел энтероколит жақсарту фазасында; осы аурулардың асқазан, ұйқы безі, бауыр және өт жолдарының зақымдалуымен үйлескен жағдайларда. Нысаналы мақсаты. Ішектің орташа механикалық және химиялық әсері. Қабыну процесін азайтуға, ішектердегі ашыту мен шірік процестерін шектеуге, ішектің және ас қорыту жүйесінің басқа мүшелерінің бұзылған функционалды жағдайын қалыпқа келтіруге жағдай жасау. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы бойынша тұз мөлшерін аз шектеумен толық. Шырышты қабықтың және тамақ арнасының рецепторлық аппаратының механикалық, химиялық және термиялық тітіркендіргіштері біршама шектелген; ішектердегі ашыту және шіріту процестеріне ықпал ететін, өт бөлінуін, асқазанның, ұйқы безінің секреторлық қызметін күрт ынталандыратын және бауырды тітіркендіретін өнімдер мен тағамдар, қорытылмайтын тағам. Энергетикалық құндылығы-12142-15072 кДж (2900-3600 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100-120 г (60-65% - Жануарлар), майлар - 100-120 г (майдың басым болуымен), көмірсулар - 400-500 г (50-70 г қант); натрий хлориді - 10 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Тағам қайнатылады, буға пісіріледі, өрескел қыртыссыз пісіріледі, ұсақталған немесе үгітілген түрінде қолданылады. Тамақтану режимі. Күніне 5-6 рет бөлшек тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай наны, кешегі пісіру, құрғақ печенье, құрғақ печенье аптасына 1-2 рет; төзімділігі шектеулі, жақсы пісірілген нансыз тоқаштар немесе сүзбе, қайнатылған ет және жұмыртқа, алма қосылған пирогтар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз сиыр еті, тауық еті, күркетауық (терісіз) туралған және сүртілген түрінде (котлеттер, ет тартқыштары, тұшпара, суфле және т.б.), бу, пісірілген, нансыз аздап қуырылған. Бұзау, қоян, тауық, тіл - пісірілген және бұқтырылған. Алынып тасталады: майлы ет, үйрек, қаз, шұжық, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз, кесек, қайнатылған, құйылған, туралған (нансыз аздап қуырылған котлеттер, орамалар мен пудингтер пісірілген). Уылдырық түйіршікті Кета және қара. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, маринадталған, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған, пісірілген және бу омлеттері, ыдыс-аяқта (күніне екіге дейін). Алынып тасталды: шикі, қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, кілегей, аз мөлшерде қышқыл емес қаймақ, тек ыдыс-аяқта (жақсы төзімділікпен), Тернер бойынша қышқылдығы 90% - дан аспайтын сүт қышқылды сусындар (айран, ацидофильді сүт, ряженка және т. б.), жаңадан дайындалған сүзбе, сүзбе пастасы, бу немесе пісірілген сүзбе пудингі; ащы емес ірімшік (ярославский, Совет, угличский, орыс және т.б.).

	Алынып тасталады: сүт, кілегей, табиғи түрдегі қаймақ, қышқылдығы жоғары сүт қышқылы өнімдері (айран, сүзбе және т.б.), ащы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи және ыдыс-аяқтардағы май. Басқа майлар алынып тасталады. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: күріш, сұлы, сұлы, қарақұмық (продел) 1/2-1/3 сүт, пудингтер, сүзбе қосылған кәстрөлдер қосылған суда Жарма түрінде. Вермишель мен кеспе қайнатылған. Алынып тасталды: інжу арпа, қарақұмық (ядро), тары, жарма, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: сәбіз, гүлді қырыққабат, цуккини, асқабақ, картоп (шектеулі) қайнатылған және сүртілген, көкөністерден суфле, піскен шикі қызанақ (100-150 г дейін). Алынып тасталады: шалғам, редис, қырыққабат, қызылша, репа, рутабага, қияр, қымыздық, шпинат, пияз, саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: аз майсыз ет немесе балық сорпасында, жақсы қайнатылған Жарма, вермишель, кеспе, майдалап туралған көкөністер, ет тартқыштары бар көкөніс сорпасында. Шығарылған: сүт, бұршақ, тұздық, борщ, қырыққабат сорпасы, окрошка, қызылша. 10. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасында және ет сорпасында, қаймақ, бечамель, жеміс. Аскөк, ақжелкен, лавр жапырағы, даршын, ванилин. Тыйым салынады: ыстық және майлы тұздықтар, бұрыш, желкек, қыша. 11. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: піскен жидектер мен тәтті сорттардың жемістері (құлпынай, алма, алмұрт, мандарин) шикізат түрінде аз мөлшерде төзімді. Жаңа піскен немесе пісірілген алма. Желе, желе, мусс, қышқыл емес жидектер мен жемістерден пюре компоттары. Снежки және меренги. Мармелад, зефир, пастила. Жидектер мен жемістердің тәтті сорттарынан тосаптар мен джемдер. Қант аз мөлшерде. Алынып тасталады: жүзім, өрік, шабдалы, қара өрік, қауын, қарбыз, ірі дәндері бар жидектер, Кептірілген жемістер, бал, балмұздақ, кілегей өнімдері. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, итмұрын сорпасы, сумен сұйылтылған қышқыл емес жидектер мен жемістердің шырындары. Алынып тасталды: жүзім шырыны, газдалған және суық сусындар. Диета № 4в Қолданылуы: сауығу сатысындағы жіті колиттер мен энтероколиттер (№4б диетасынан кейін, ұтымды тамақтануға көшу ретінде); ремиссия кезеңіндегі созылмалы энтероколиттер, сондай-ақ осы аурулардың ас қорыту жүйесінің басқа да органдарының зақымдануымен үйлескен кезде; ішек функцияларының елеусіз бұзылуымен жіті және созылмалы инфекциялық аурулар. Нысаналы мақсаты. Дұрыс тамақтануды қамтамасыз ету, ішектерді аздап үнемдеу, ас қорыту органдарының бұзылған функцияларын қалпына келтіру және өтемақы жағдайын сақтау үшін жағдай жасау. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы жағынан толық рацион, шырышты қабықтың химиялық тітіркендіргіштерін және тамақ арнасының рецепторлық аппаратын аздап шектей отырып, ішектердегі ашыту және тұндыру процестерін күшейтетін тағамдар мен тағамдарды қоспағанда, өт шығарудың күшті стимуляторлары, асқазан мен ұйқы безінің секреторлық қызметі, сондай-ақ бауырды тітіркендіреді. Энергетикалық құндылығы-12142-15072 кДж (2900-3600

	ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100-120 г (60% жануар), майлар - 100-120 г (15-20% өсімдік), көмірсулар - 400-500 г; Натрий хлориді - 12 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Тамақ қайнатылады, пісіріледі, бұқтырылады, өрескел қабығы жоқ, негізінен ұсақталмаған түрінде қолданылады. Қуырылған тағамдарды шектеңіз (әсіресе нанмен). Тамақтану режимі. Күніне 5 рет тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай наны, кешегі пісіру, құрғақ печенье, құрғақ печенье; тәтті крекер (аптасына 1-2 рет аз мөлшерде), сүзбе, қайнатылған ет және жұмыртқа, алма, сүзбе қосылған ірімшіктер. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз, майсыз сиыр еті, бұзау, қоян, тауық еті, күркетауық (терісі жоқ), қайнатылған, бұқтырылған, пісірілген, кейде қуырылған (нансыз), туралған немесе аз мөлшерде. Диеталық шұжық, доктор, сүт, шұжық. Алынып тасталады: майлы ет, үйрек, қаз, шұжықтар, рұқсат етілгеннен басқа, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер, қайнатылған, құйылған, бу, кейде қуырылған (нансыз), туралған немесе кесек түрінде. Туралған майшабақ шектеулі. Уылдырық. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, маринадталған, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған, пісірілген және бу омлеттері, ыдыс-аяқта (күніне екіге дейін). Алынып тасталды: шикі, қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: ыдыс- аяқтардағы сүт, аз мөлшерде қышқыл емес қаймақ, тек ыдыс-аяқтарда, сүт қышқылды сусындар (ацидофил, айран, ряженка) жақсы төзімділікпен, сүзбе пастасы, бу және пісірілген пудингтер түріндегі қышқыл емес, кальциленген табиғи сүзбе, өткір емес ірімшік. Алынып тасталды: сүт, ащы және тұзды ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі сары май және қабылдау үшін 15 г дейін ыдыс-аяқ, пісірілген (қуыру үшін), тазартылған өсімдік майлары. Басқа майлар алынып тасталады. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: барлық жарма мен макарон өнімдері, судағы немесе судағы Жарма, сүт қосылған жартысында, ет сорпасында, пудингтер, Жарма, Палау, зраза, котлеттер (нансыз). Алып тасталды: бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: аз мөлшерде картоп, қызылша, (төзімділікпен), сәбіз, гүлді қырыққабат, цуккини, асқабақ, қайнатылған, бу, пісірілген, картоп пюресі түрінде, піскен шикі қызанақ. Алынып тасталады: шалғам, редис, қырыққабат, қызылша, репа, рутабага, қияр, қымыздық, шпинат, пияз, саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: ет немесе балық сорпасында, майдалап туралған көкөністермен (Жарма, вермишель) көкөніс сорпасында. Алынып тасталды: күшті және майлы сорпалар, сүт, тұздық, окрошка. 10. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасында және ет сорпасында, қаймақ, бечамель, жеміс. Аскөк, ақжелкен, лавр жапырағы, даршын, ванилин. Тыйым салынады: ыстық және майлы тұздықтар, бұрыш, желкек, қыша. 11. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: піскен жидектер мен шикі жемістер. Пісірілген алма. Компоттар, кисельдер, желе, мусс, суфле, Джем, піскен жидектер мен

	жемістерден жасалған джемдер, кептірілген жемістерден жасалған компоттар. Мармелад, зефир, пастила, ирис, кремді помадалар. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, сүт қосылған какао, итмұрын сорпасы, қышқыл емес жидектер мен жемістердің шырындары, қызанақ. Алынып тасталды: жүзім шырыны, сода және квас. Диета № 5 Қолданылуы: сауығу кезеңіндегі жіті гепатиттер мен холециститтер, созылмалы гепатиттер, бауыр циррозы, асқынудан тыс өт жолдарының қабыну зақымданулары (холециститтер, холангиогепатит және т.б.); бауыр мен өт жолдары функцияларының бұзылуымен қатар жүретін аурулар. Барлық жағдайларда асқазан мен ішектің қатар жүретін аурулары жоқ. Нысаналы мақсаты. Бауыр мен өт жолдарының бұзылған функцияларын қалыпқа келтіруге, холестерин мен май алмасуын реттеуге, бауырда гликогеннің жиналуына ықпал ету, өт секрециясын және ішектің мотор функциясын ынталандыру. Жалпы сипаттамасы. Қуыру процесінде пайда болатын пуриндерге, азотты экстрактивті заттарға, холестеринге, оксал қышқылына, оксал қышқылына, эфир майларына, майдың тотығу өнімдеріне (акролеиндер, альдегидтер) бай тағамдарды қоспағанда, энергия құндылығы бойынша ақуыздар, майлар мен көмірсулардың жеткілікті мөлшері бар толық диета. Липотропты заттардың (холин, метионин, лецитин) мөлшері артып, құрамында талшық пен сұйықтықтың көп мөлшері бар. Энергетикалық құндылығы-10467-12142 кДж (2500-2900 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 90-100 г (60% жануар), майлар - 80-100 г (30% өсімдік), көмірсулар - 350-400 г (70-90 г қант), натрий хлориді - 10 г; бос сұйықтық - 1,8-2,5 л. Аспаздық өңдеу. Қуыруға рұқсат етілмейді, тамақты ұсақтау қажет емес. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5 рет жылы күйде қабылданады. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: кешегі пісірілген немесе кептірілген бидай мен қара бидай наны. Жеңіл печенье. Алынып тасталады: жаңа піскен нан,май қамырынан жасалған бұйымдар, кілегейлі торттар, қуырылған. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз, майсыз сиыр еті, қоян, күркетауық, тауық еті (теріні алып тастайды) алдын-ала қайнатылған, пісірілген немесе туралған, майсыз ветчина, дәрігер және диеталық шұжықтар. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, ойын, ми, бауыр, бүйрек, консервілер, ысталған ет, қуырылған тағамдар. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер, кесек, қайнатылған, алдын-ала қайнатумен пісірілген, толтырылған (көкөніс сорпасында). Алынып тасталады: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, консервілер, дәнді уылдырық (бекіре, лосось лососьі, бекіре тұқымдас балық). 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: пісірілген ақуыз омлеті, ыдысқа күніне 1 сарыдан аспайды. Алынып тасталды: қатты пісірілген, қуырылған. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, айран, йогурт, ыдысқа арналған дәмдеуіш ретінде қаймақ, қышқыл емес сүзбе және одан жасалған тағамдар (пудинг, кәстрөл, жалқау тұшпара, ащы емес ірімшік). Алынып тасталады: кілегей, жоғары қышқылдығы бар сүзбе. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі май және өсімдік майлары: күнбағыс, зәйтүн, жүгері. Шығарылған: май, қуырылған

	майлар, шошқа еті, сиыр еті, қой еті, маргарин, аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: дәнді дақылдар, сүзбе, сәбіз, кептірілген жемістер, көкөністер немесе жемістер қосылған Палау қосылған пісірілген пудингтер түріндегі дәнді дақылдар (әсіресе сұлы және қарақұмық). Вермишель мен кеспе қайнатылған. Алып тасталды: бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: шикі, қайнатылған, бұқтырылған және пісірілген, қайнағаннан кейін пияз, қышқыл емес тұздық. Алынып тасталды: шалғам, шалғам, қымыздық, шпинат, репа, сарымсақ, саңырауқұлақтар, маринадталған көкөністер. 9. Сорпа. Ұсынылады: сүт, жарма, вермишель, кеспе, жеміс, борщ және вегетариандық сорпа қосылған көкөніс сорпасында. Толтыруға арналған ұн мен көкөністер қуырылмайды. Алынып тасталды: ет және балық сорпасында, саңырауқұлақ сорпасында, жасыл қырыққабат сорпасы, окрошка. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: қышқыл емес сорттардың жемістері мен жидектері, компоттар, желе, желе, олардан мусс, қарлыған, Меруерт, қант, бал, джем, шоколад емес кәмпиттер, мармелад, пастила. Алынып тасталады: қышқыл жеміс сорттары, шоколад, балмұздақ, кілегей өнімдері. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт, қаймақ, көкөніс, жеміс-жидек соусы. Тұздыққа арналған ұн қуырылмайды. Ақжелкен, аскөк, даршын, ванилин. Алынып тасталады: ащы, ет және балық сорпасында, саңырауқұлақ сорпасында, бұрыш, қыша, желкек. 12. Сусындар. Ұсынылады: лимон қосылған шай, сүт қосылған кофе, көкөніс, жеміс-жидек шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: кофе, какао, салқын сусындар. Диета № 5а Қолданылуы: аурудың бастапқы сатысында жіті гепатиттер мен холециститтер; созылмалы гепатиттердің, өт жолдарының қабыну зақымдануларының өршуі (холециститтер, ангиохолиттер және т. б.); өт жолдарында операциялардан кейін; бауыр мен өт жолдарының аурулары (гепатиттер, циррозлар, холециститтер және т. б.) асқазан мен ішектердегі айқын қабыну процестерімен не асқазанның немесе он екі елі ішектің ойық жарасы. Нысаналы мақсаты. Бауыр мен өт жолдарының бұзылған функцияларын қалпына келтіруге, бауырда гликогеннің жиналуына ықпал ету, асқазан мен ішектерді бір уақытта механикалық және химиялық үнемдеумен өт бөлінуін ынталандыру. Жалпы сипаттамасы. Энергия құндылығы бойынша ақуыздар мен көмірсулардың жеткілікті мөлшері бар, майларды, ең алдымен отқа төзімді, натрий хлоридін шектейтін, пуриндерге, азотты экстрактивті заттарға, холестеринге, оксал қышқылына, дөрекі талшыққа, майлы тағамдарға бай тағамдарды қоспағанда, толық диета. Липотропты заттардың (холин, метионин, лецитин), дәрумендер мен сұйықтықтардың мөлшері артты. Энергетикалық құндылығы-9839-11514 кДж (2350-2750 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80-100 г (60% жануар), майлар - 70-80 г (20-25% өсімдік), көмірсулар - 350-400 г (80-90 г қант), натрий хлориді - 8 г; бос сұйықтық - 2-2,5 л. Аспаздық өңдеу. Қайнатуға рұқсат етіледі, тамақ сұйық және сүртіледі. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5 рет жылы күйде қабылданады. Ұсынылатын және шығарылатын

	тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: кешегі пісірілген немесе кептірілген бидай наны. Жеңіл печенье. Алынып тасталады: қара бидай мен жаңа піскен нан, май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз, майсыз сиыр еті, қоян, күркетауық, тауық еті (теріні алып тастайды) котлет массасынан жасалған бұйымдар түрінде, қайнатылған және бу (пюре, суфле, кнел және т.б.). Теріден тазартылған қайнатылған тауық кейде аз мөлшерде рұқсат етіледі. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, ойын, бауыр, ми, бүйрек, қуырылған және бұқтырылған ет, ысталған ет, шұжық, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер, қайнатылған және бу, котлет массасынан жасалған бұйымдар, картоп пюресі, қайнатылған өнімнен суфле, вегетариандық сорпаға құйылады. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, бұқтырылған, қуырылған, консервілер, уылдырық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: бу ақуызының омлеті, күніне 0,5 - 1 сарысы. Алынып тасталды: басқа тағамдар түрінде. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт (төзімділікпен), сүт қышқылды сусындар, шектеулі мөлшерде қаймақ, негізінен ыдыс-аяқ, қышқыл емес майсыз сүзбе және одан жасалған ыдыс-аяқ, бу, өткір емес ірімшік, үгітілген. Алынып тасталады: табиғи түрдегі сүт, бірге жүретін энтероколит, майлы сүзбе және қышқылдығы жоғары, кілегей, ащы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрде және ыдыс-аяқта аз мөлшерде тазартылған май мен өсімдік майлары. Алынып тасталды: басқа майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады:сүт ботқасы жартысында сумен (Жарма, жақсы қайнатылған күріш, тазартылған Геркулес және қарақұмық, күріш және қарақұмық ұнынан). Суфле манна, күріш, қарақұмық. Қайнатылған вермишель. Алып тасталды: тары, арпа және арпа жармасы, ұсақталған жарма, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: қайнатылған, бу және шикі (пюре, суфле және т.б.). Пісірілген немесе бұқтырылған асқабақ пен цуккини. Алынып тасталады: редис, репа, шалғам, қырыққабат, қымыздық, шпинат, сарымсақ, пияз, маринадталған, тұздалған және маринадталған көкөністер, саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: сүт жартысы сумен, көкөністер мен жарма пюресі қосылған вегетариандық, пюре сорпалары мен кремдер. Сары май немесе қаймақ қосылған. Алынып тасталды: ет, балық, саңырауқұлақ сорпалары, өңделмеген көкөністер мен жармалардан. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: піскен тәтті жемістер мен шикі жидектер, піспеген, пісірілген, қайнатылған, желе, желе, мусс, зефир, пастила, бал, қант, джем. Алынып тасталады: қышқыл, қатты жемістер, қатты дәндері бар жидектер (мүкжидек және т.б.), шоколад, халва, кілегей өнімдері, балмұздақ. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасында немесе жарма, сүт, жеміс-жидек шырышында. Ұн қуырылмайды. Алынып тасталды: барлық дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: лимон, сүт қосылған шай, сүт қосылған суррогат кофе, итмұрын сорпасы, қызанақ шырыны, тәтті жеміс-жидек шырындары. Алынып тасталды: табиғи кофе, какао, суық және газдалған. Диета № 5п

	Нысаналы мақсаты. Ұйқы безінің сыртқы секреторлық функциясының тежелуіне, панкреатиялық ферменттер мен олардың ингибиторларын құруға қажетті ақуыз синтезіне, тамақ каналының химиялық және механикалық үнемдеуіне, ұйқы безі мен бауырдың майлы инфильтрациясы мен дистрофиясының алдын алуға, өт қабының рефлекторлық қозғыштығының төмендеуіне ықпал ету. 1 нұсқа. Қолдану көрсеткіштері: жедел панкреатит (3-4-ші күннен бастап) және созылмалы панкреатиттің өршуі (емдеудің басында). Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы төмен, ақуыздың қалыпты мөлшері, майлар мен көмірсулардың айтарлықтай шектелуі бар, экстрактивті заттарға бай тағамдарды алып тастау арқылы механикалық және химиялық тұрғыдан сақталған, ас қорыту бездерінің секрециясын ынталандыратын және құрамында дөрекі талшық бар Диета. Энергетикалық құндылығы-6280-7118 кДж (1500-1700 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80 г (жануарлардан шыққан 30-35%), майлар - 40-60 г (25% өсімдік), көмірсулар - 200 г (25 г қант), натрий хлориді - 8-10 г; бос сұйықтық - 8-10 г. Аспаздық өңдеу. Тағам сұйық және жартылай сұйық консистенциясы бар қайнатылған және бу түрінде дайындалады. Тамақтану режимі. Бөлшек тамақтану күніне 5-6 рет. Ұсынылатын және шығарылатын өнімдер 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай нанынан жасалған крекер (күніне 50 г). Алынып тасталады: басқа ұн өнімдері. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз, майсыз, сиыр еті, қоян, тауық еті, күркетауық қайнатылған немесе бу түрінде, сүртілген (суфле және т.б.). Алынып тасталады: майлы сорттар, қой еті, шошқа еті, қаз, үйрек, бауыр, ми, бүйрек қуырылған және бұқтырылған, ысталған ет, шұжық, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: суфле, кнел түрінде майсыз. Тыйым салынады: майлы түрлер, қуырылған, бұқтырылған, ысталған, тұздалған, консервілер, уылдырық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: күніне 1-2 жұмыртқадан тұратын ақуыздық бу омлеті, ыдысқа күніне 1/2 дейін сарысы. Алынып тасталды: басқа тағамдар түрінде. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: тағамдардағы сүт, макарон түрінде жаңадан дайындалған қышқыл емес сүзбе, бу пудингтері. Алынып тасталады: табиғи түрдегі сүт, кілегей, сүт қышқылы сусындары, қаймақ, майлы және қышқылдығы жоғары сүзбе, майлы және тұзды ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: тұздалмаған сары май және дайын тағамдарға тазартылған өсімдік майлары. Алынып тасталады: басқа майлар, оларға қуыру. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылған: дәнді дақылдар, жартылай тұтқыр (қарақұмық, сұлы және т.б.), суфле, пудингтер. Алып тасталды: тары, арпа, ұсақ ботқалар, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: картоп, сәбіз, цуккини, картоп пюресі және бу пудингі түріндегі гүлді қырыққабат. Шығарылған: ақ қырыққабат, шалғам, репа, редис, рутабага, шпинат, қымыздық, сарымсақ, пияз. 9. Сорпа. Ұсынылады: жарманың шырышты қабаттары (сұлы, інжу арпа, күріш, жарма), қайнатылған еттен жасалған сорпа кремі. Алынып тасталады: ет және балық сорпасында, саңырауқұлақтар мен көкөністердің отварында, сүт, қырыққабат сорпасы, борщ, окрошка, қызылша. 10. Жемістер, тәтті

	тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: сүртілген компоттар, кисельдер, мусс, желе (ксилит немесе сорбитте). Алынып тасталды: барлығы. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: жеміс-жидек тартқыштары жартылай тәтті. Алынып тасталды: басқа тұздықтар, дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, итмұрын сорпасы. Алынып тасталады: басқа сусындар, соның ішінде көкөніс және жеміс шырындары. 2 нұсқа. Қолдану көрсеткіштері: созылмалы панкреатит созылмалы өршу кезеңінде (№5р диетаның 1 нұсқасынан кейінгі 5-7 күннен бастап) және ремиссия (2-4 ай ішінде.). Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы жоғары, ақуыз, липотропты заттар мен дәрумендердің мөлшері жоғары, көмірсулардың (ең алдымен оңай сіңетін) және майлардың (негізінен отқа төзімді), холестериннің, эфир майларының, дөрекі талшықтың, натрий хлоридінің, экстрактивті заттардың, пуриндердің мөлшерін шектейтін орташа диета. Ішектердегі ашыту процестеріне және түзулікке ықпал ететін қуырылған тағамдар мен өнімдер алынып тасталады. Энергетикалық құндылығы-10258-11304 кДж (2450-2700 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 130-140 г (жануарлардан шыққан 60-70%), майлар - 80 г (15-20% өсімдік) көмірсулар - 300-350 (30-40 г қант); натрий хлориді - 10 г; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Тағам қайнатылған, бу және ұсақталған түрінде дайындалады. Тамақтану режимі. Бөлшек тамақтану күніне 5-6 рет. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен азық-түліктер № 5А диетасына ұқсас, оңай сіңетін көмірсулар (бал, қант, джем, кондитерлік өнімдер және т.б.) шектеулі; қанттың орнына ксилит ішінара қолданылады (30-40 г). Диета № 6 Қолдану көрсеткіштері: подагра, несеп қышқылы (уратурия) немесе оксалур қышқылы (оксалурия) тұздарынан тастар түзетін уролития; ет пен балықты шектеу көрсетілген басқа аурулар. Нысаналы мақсаты. Зәр қышқылының эндогендік түзілуін азайтуға, оны ағзадан шығаруға/пурин алмасуын қалыпқа келтіруге 6 ықпал ету; оксал қышқылының тағамға түсуін шектеу. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы бойынша көмірсулардың қалыпты құрамымен, ақуыздарды, майларды және натрий хлоридін шектеумен толық диета. Пуриндерге, оксал қышқылына бай тағамдар алынып тасталады. Сілтілі өнімдердің (сүт, көкөністер, жемістер) және сұйықтықтың мөлшері артты. Энергетикалық құндылығы-10886-12351 кДж (2600-2950 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 70-80 г (негізінен сүт), майлар - 80-90 г (25% өсімдік), көмірсулар - 400-450 г; Натрий хлориді - 8-10 г; бос сұйықтық - 2-2,5 л. Аспаздық өңдеу. Ет пен балықты қайнатылған түрінде пісіру ұсынылады, содан кейін қуыруға рұқсат етіледі. Әйтпесе, аспаздық өңдеу қалыпты жағдай. Тамақтану режимі. Тамақ тәулігіне 4-5 рет, аралықта - ішу арқылы қабылданады. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай мен қара бидай ұнынан, әртүрлі түрлерден. Алынып тасталады: май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: алдын-ала қайнатудан кейін қайнатылған немесе пісірілген майсыз сорттар шектеулі (аптасына 2-3 рет). Алынып тасталады: майлы

	сорттар, жас жануарлар мен құстардың еті, бауыр, бүйрек, ми, тіл, қуырылған және бұқтырылған, шұжықтар, консервілер, ысталған ет. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз қайнатылған шектеулі (аптасына 2-3 рет). Алынып тасталды: майлы түрлер, тұздалған, ысталған, консервілер, уылдырық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: күніне бір, пісіру шектеусіз. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, сүт қышқылы сусындары, қаймақ, сүзбе, табиғи ірімшік және пісіру үшін. Алынып тасталады: тұзды және өткір ірімшіктер, жоғары қышқылдығы бар сүзбе. 6. Майлар. Ұсынылады: май, Ги, өсімдік майы. Алынып тасталды: қой еті, шошқа еті, сиыр еті, аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: жарма және макарон өнімдері, шектеулі мөлшерде барлық ассортимент, әртүрлі дайындық. Алып тасталды: бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: шикі және түрлі тағамдар түрінде. Шығарылған: қымыздық, шпинат, ревень, тұздалған, маринадталған саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: сүт, вегетариандық (борщ, қырыққабат сорпасы, Жарма қосылған көкөніс), суық (қызылша, окрошка). 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: қышқыл емес сорттардың жемістері мен жидектері, жаңа піскен және кез-келген аспаздық өңдеуде, желе, сүт кремдері, қант, бал, джем, мармелад, пастила, Меруерт. Алынып тасталды: таңқурай, інжір, шоколад. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт, қаймақ, қызанақ, көкөніс сорпасында, ванилин, даршын, лимон қышқылы. 12. Сусындар. Ұсынылады: сүт қосылған әлсіз шай мен кофе, итмұрын сорпасы, жеміс-жидек шырындары. Алынып тасталды: күшті шай және кофе, какао. Диета № 7а Қолдану көрсеткіштері: ауыр ағыммен (ораза ұстағаннан кейін) және орташа ауырлықпен (аурудың басталуынан бастап) Жедел гломерулонефрит; бүйрек жеткіліксіздігі бар созылмалы гломерулонефрит. Нысаналы мақсаты. Бүйрек қызметін барынша үнемдеу, ақуыз алмасуын жеңілдету, диурездің жоғарылауы және ісінуді жою, ағзадан азотты шлактар мен қышқылданбаған метаболикалық өнімдерді шығаруды жақсарту, қан айналымы үшін қолайлы жағдайлар жасау және артериялық гипертензияны азайту. Жалпы сипаттамасы. Ақуыздар мен қалыпты - майлар мен көмірсулардың күрт шектелуіне байланысты диетаның энергетикалық құндылығын төмендету. Диета дәрумендермен байытылған. Бос сұйықтық шектеулі. Натрий хлориді және бүйректерді тітіркендіретін, жүрек-тамыр және орталық жүйке жүйесін қоздыратын өнімдер (экстрактивті заттарға, эфир майларына, оксал қышқылына бай) алынып тасталады. Энергетикалық құндылығы - 9211 кДж (2200 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 20 г, майлар-80 г дейін (20-25% өсімдік), көмірсулар - 350 г, Натрий хлориді-1,5-2 г (тұзсыз нанды қолданатын өнімдердегі мазмұнмен шектеледі); бос сұйықтықтың мөлшері науқастың несеп көлемінен (200-300 мл-ге) алдыңғы күн. Аспаздық өңдеу. Барлық тағамдар тұзсыз дайындалады; қайнату, пісіру, оңай қуыру қолданылады. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5-6 рет төсек демалысын сақтай отырып қабылданады. Диета 5-7 күнге тағайындалады. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері.

	Ұсынылады: тұзсыз нан, құймақ және тұзсыз ашытқы құймақтары. Алынып тасталады: қарапайым Нан, кондитерлік өнімдер, натрий гидрокарбонаты (сода) қосылған ұн өнімдері. 2. Ет және құс еті: алынып тасталады. 3. Балық: алынып тасталады. 4. Жұмыртқа. Сарысы ыдысқа шектеулі. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: тұтас сүт, кілегей, йогурт, қаймақ. Алынып тасталды: сүзбе, ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: май, ги, өсімдік майы. Шығарылған: шошқа еті, қой еті, сиыр еті, маргарин, аспаздық. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: жарма мен макарон ассортиментін және аспаздық өңдеу әдістерін шектеусіз. Алып тасталды: бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: жаңа, түрлі тағамдар түрінде. Пияз пісірілген және ыдысқа қуырылған. Ақжелкен, аскөк. Алынып тасталады: маринадталған, тұздалған, маринадталған, шпинат, қымыздық, редис, шалғам, саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: жарма, көкөніс, жеміс, қаймақ, тұздалған пияз, шөптер. Шығарылған: сүт, бұршақ, ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: кез-келген жемістер мен жидектер; шикі, пісірілген, кептірілген, компоттар, желе, желе, қант, бал, джем, шоколад емес кәмпиттер. Алынып тасталды: сүт кремі, шоколад, балмұздақ. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт және қызанақ соусы, көкөніс және жеміс соусы. Лимон қышқылы, ванилин, даршын. Алынып тасталды: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, бұрыш, желкек, қыша. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, итмұрын сорпасы, жеміс, жидек және қызанақ шырындары. Алынып тасталды: кофе, какао, минералды сулар. Бүйрек жеткіліксіздігі бар науқастарда бұл диетаның нұсқасы ұсынылады, онда жануарлардан алынатын ақуыздың 75% басым болады. № 7а диетасының бұл нұсқасында, жоғарыда айтылғандардан айырмашылығы, қарапайым пісірілген нанның орнына жүгері крахмалы мен бидай кебекінен ақуызсыз нан қолданылады, ет пен құс еті ұсынылады (майсыз сиыр еті, бұзау, қоян, тауық, күркетауық немесе туралған, алдын ала қайнатылғаннан кейін қуырылған), балық (майсыз түрлер, кесек немесе туралған, алдын ала қайнатылғаннан кейін пісірілген немесе қуырылған), жұмыртқа (күніне бір рет және ақуыз омлеті түрінде), сүзбе, кәдімгі саго жармаларының орнына дәнді дақылдар мен ісінген амилопектин крахмалынан жасалған арнайы макарон. Диета № 7б Қолданылуы: жедел гломерулонефрит және созылмалы гломерулонефриттің өршуі (№7а диетада болғаннан кейін). Нысаналы мақсаты. Бүйрек қызметін үнемдеу, қабынуға қарсы әсері, диурездің ұлғаюы, ағзадан азотты шлактар мен қышқылданбаған метаболикалық өнімдерді шығаруды жақсарту, артериялық гипертензияны азайту және қан айналымы үшін қолайлы жағдайлар жасау. Жалпы сипаттамасы. Ақуыздардың қалыпты шектелуі, сұйықтық құрамының айтарлықтай төмендеуі. Натрий хлориді тағамға салынбайды, дәрігердің нұсқауы бойынша науқастың дәміне қарай Жеке тағамдарды тұздау үшін күніне 2 Г-ға дейін беріледі. Энергетикалық құндылығы - * 11304-12560 кДж (2700-3000 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар-40 г, майлар - 80-90 г (20-25% өсімдік); көмірсулар

	- 450-500 г, Натрий хлориді - 2-3 г (өнімдерде); бос сұйықтық-алдыңғы күндегі науқастың зәрінің көлеміне тең немесе сәл асатын мөлшерде (200-300 мл). Пісіру № 7а диетасына ұқсас. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5-6 рет қабылданады. Ұсынылатын және шығарылатын өнімдер мен тағамдардың тізімі № 7а диетадан күнделікті қайнатылған ет немесе қайнатылған балық (50 г) және 200 мл сүт немесе айран немесе 1 жұмыртқа немесе 100 г сүзбе қосумен ерекшеленеді. Диета № 7 Қолдану көрсеткіштері: созылмалы гломерулонефрит (процестің тынышталуы кезінде), жедел гломерулонефрит (қалпына келтіру сатысында), жүкті әйелдердің нефропатиясы, төмен тұзды диета көрсетілген басқа аурулар. Нысаналы мақсаты. Бүйрек функциясын қалыпты үнемдеу, қан қысымы мен ісінуді азайту және ағзадан азотты токсиндер мен қышқылдандырылған метаболикалық өнімдерді шығаруды жақсарту. Жалпы сипаттамасы. Ақуыз, натрий хлориді, бос сұйықтық, жүрек- тамыр және орталық жүйке жүйесін қоздыратын бүйректерді тітіркендіретін заттар, ет, сүт және саңырауқұлақ сорпалары, эфир майлары мен оксал қышқылына бай тағамдар шектеулі. Энергетикалық құндылығы-11514-13188 кДж (2750-3150 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80 г (50% Жануарлар), майлар-90 г(20-25% өсімдік), көмірсулар-400-500 г (100 г қант); натрий хлориді - 5-7 г (оның ішінде 3-5 г науқастың қолына беріледі, ал қалғаны өнімдерде болады); бос сұйықтық - 0,8-1 л. Аспаздық өңдеу. Тағам қайнатылған және ұсақталған түрінде қолданылады; ет пен балықты алдын-ала қайнатқаннан кейін қуыруға рұқсат етіледі. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5 рет қабылданады. Ұсынылады: ақуызға бай тағамдардың (ет, балық, сүзбе, жұмыртқа ақтығы және т.б.) көбеюімен № 7б диетасындағы тағамдар мен тағамдар. Алынып тасталды: № 7А диетасындағы бірдей тағамдар. Диета № 8 Қолдану көрсеткіштері: семіздік (ас қорыту бұзылыстары болмаған кезде). Нысаналы мақсаты. Денедегі майлы тіндердің артық жиналуын болдырмау және жою. Жалпы сипаттамасы. Энергия құндылығының төмендеуі, негізінен көмірсулар (әсіресе оңай сіңетін) және аз мөлшерде майлар есебінен. Натрий хлоридін, бос сұйықтықты шектеу. Ақуыздардың орташа мөлшері (әсіресе жануарлардың есебінен) және талшық. Экстрактивті заттар мен дәмді дәмдеуіштерді жою. Кесте 1. Семіздікке шалдыққан науқастар үшін азайтылған диеталардың химиялық құрамы мен энергетикалық құндылығы диета нұсқасы № 8 Ақуыздар, г Май-лар , г Көмір-сулар, г Энергетикалық құндылығы, кДж (ккал) 8 (негізгі) 8а (орташа редукция) 8о (максималды азайту). 100-110 70-80 40-50 80-90 60-70 30-40 120-150 70-80 50-70 6699-7746 (1600-1850) 4605-5317 (1100-1270) 2638-3517 (630-840) Диета нұсқасына сәйкес энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы: 8, 8а және 8о (кесте. 1). Ақуыздардың 60% - ы Жануарлар, 25-30% - ы май- өсімдік болуы керек. Натрий хлоридіне рұқсат етіледі - 5-8 г дейін (5 г науқастың қолына жеке тағамдарды тұздау үшін беріледі, ал қалған мөлшері табиғи өнімдерде болады); бос сұйықтық-1-1,2 л дейін. Аспаздық өңдеу. Тағам пісірілген, бұқтырылған және пісірілген. Қанттың

	орнына оны алмастырғыштар қолданылады (ксилит, сорбит және т.б.). Қуырылған, туралған және сүртілген өнімдерді шектеңіз. Тағам дәмдеуіштер мен тұзсыз дайындалады. Тамақтану режимі. Күніне 6 рет бөлшек тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай ұны мен қара бидай наны шектеулі мөлшерде, ақуыз-бидай және ақуыз- кебек наны. Алынып тасталады: жоғары сұрыпты бидай ұнынан жасалған өнімдер, май және пирожныйлар, печенье. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз ет (сиыр еті, бұзау, қоян) және тауықтар алдын-ала қайнатылғаннан кейін қайнатылған, бұқтырылған және қуырылған. Құйма, сиыр еті. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, ми, ветчина, шұжықтар, қайнатылған және ысталған шұжықтар, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: қайнатылған, пісірілген, толтырылған және құйылған түрдегі майсыз түрлер; теңіз өнімдері ("Мұхит" пастасы, Мидия және т.б.). Алынып тасталады: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, консервіленген балық, май, уылдырық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: қайнатылған және омлет түрінде. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт (негізінен ақуыз), майсыз айран және Таллин, йогурт, қаймақ - шектеулі (негізінен ыдыс-аяқтарда), сүзбе, майсыз және тұздалмаған ірімшік. Алынып тасталды: пісірілген сүт, кілегей, ашытылған сүт, тәтті йогурт, майлы сүзбе, тұздалған және майлы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: май және өсімдік майлары шектеулі. Алынып тасталды: шошқа еті, сиыр еті мен қой майы, аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: шектеулі мөлшерде қарақұмық және арпа ұсақ Жарма түрінде. Алынып тасталады: басқа жарма, макарон, бұршақ дақылдары. 5. Көкөністер. Ұсынылады: шикі және кез-келген дайындықта (картоп шектеулі). Жуылған түрдегі тұздық. Алынып тасталды: маринадталған және тұздалған. 9. Сорпа. Ұсынылады: ет, борщ, қырыққабат сорпасы, окрошка, қызылша қосылған көкөністер. Алынып тасталды: картоп, макарон, жарма, бұршақ, сүт. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: жемістер мен жидектер тәтті және қышқыл, желе, желатиндегі мусс, компоттар, самбуктар қанттың орнына ксилит немесе сорбит қолданады. Шығарылған: қарбыз, жүзім, мейіз, інжір, құрма, кәмпит, бал, джем, қант, балмұздақ, желе. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: қызанақ, ақ, әлсіз саңырауқұлақ, сірке суы. Алынып тасталды: ащы және майлы тұздықтар, майонез, барлық дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: шай, әлсіз кофе, қантсыз сүт қосылған кофе. Жидек, жеміс, көкөніс шырындары. Шығарылған: тәтті шырындар, какао, тәтті квас, қанттағы лимонад. Диета № 9 Қолдану көрсеткіштері. Қант диабеті кезінде сынақ емдәмі ретінде, емдік мақсатта - қалыпты немесе сәл артық дене салмағы бар, инсулинге мұқтаж емес немесе жеңіл және орташа ауырлықтағы қант диабеті кезінде оны аз мөлшерде (20-30 ӘБ дейін) алатын науқастарға тағайындалады. Диетаны аллергиялық жағдайлар мен аурулар үшін қолдануға болады (ревматизм, инфекциялық емес полиартрит, бронх демікпесі, Квинке ісінуі, есекжем және т.б.). Нысаналы мақсаты. Қант диабетімен

	ауыратын науқастың инсулиннің және басқа да глюкозаны төмендететін препараттардың жеке дозасын таңдау үшін дозаланған тағамдық жүктемеге төзімділігін анықтау, көмірсулар алмасуын, ішінара май, су-тұз және ақуыз алмасуын қалыпқа келтіру, ағзаның десенсибилизациясы үшін жағдай жасау. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылықтың қалыпты шектелуі негізінен көмірсулардың (әсіресе оңай сіңетін) және ақуыздардың қалыпты мөлшерімен аз майлардың әсерінен болады. Холестеринді және экстрактивті заттарды шектеу. Липотропты заттар мен дәрумендердің құрамын арттыру. Энергетикалық құндылығы - 9630 кДж (2300 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100 г (60% жануар), майлар - 80 г (25-30% өсімдік), көмірсулар - 300 г, Натрий хлориді - 12 г, бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Кәдімгі. Тәтті тағамдар мен сусындар өндірісінде қант алмастырғыштар қолданылады. Тамақтану режимі. Тамақ көмірсулардың дәл таралуымен күніне 5-6 рет тұтынылады (диетаны сынақ ретінде қолданған кезде көмірсулар тамақ арасында біркелкі бөлінеді, инсулинді қолданғанда - оның дозасы мен қабылдау уақытын ескере отырып). Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: қара бидай, ақуыз-бидай, ақуыз-Кебек, 2-ші сұрыпты бидай қалыпты көмірсулар шегінде. Алынып тасталады: бай және тәтті ұн өнімдері. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз сиыр еті, бұзау, қой еті, кесілген және ет шошқа еті, қоян, туралған және кесілген тауықтар, қайнатылған, бұқтырылған және қайнатылғаннан кейін қуырылған, сиыр еті, тауық еті. Майсыз ветчина, доктор, диабеттік, сиыр еті, шұжық. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, майлы ветчина, ысталған шұжықтар, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: қайнатылған, пісірілген және кейде қуырылған майсыз; толтырылған. Малынған майшабақ шектеулі; қызанақ соусындағы немесе Өз шырынындағы консервілер. Алынып тасталды: майлы түрлер, тұзды, уылдырық. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: 2 дейін қайнатылған және қуырылған. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, йогурт, айран, майсыз немесе жартылай майлы сүзбе, тұздалмаған және майсыз ірімшік, қаймақ шектеулі. Алынып тасталды: тәтті сүзбе, кілегей. 6. Майлар. Ұсынылады: май және өсімдік майлары. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: арпа, қарақұмық, інжу арпа, тары, сұлы жармасы, бұршақ, көмірсулардың мөлшерін ескере отырып шектеулі. Алынып тасталады: жарма, күріш, макарон. 8. Көкөністер. Ұсынылады: қырыққабат, салат, асқабақ, цуккини, қияр, қызанақ, баклажан. Көмірсулардың мөлшерін ескере отырып, картоп, сәбіз, қызылша, жасыл бұршақ. Алынып тасталды: маринадталған және тұздалған. 9. Сорпа. Ұсынылады: әлсіз майсыз ет, балық, саңырауқұлақ сорпасында, картоп, көкөністер, ет, рұқсат етілген Жарма; борщ, қырыққабат сорпасы, қызылша, окрошка (ет және көкөніс). Алынып тасталды: майлы сорпалар, жарма мен кеспесі бар сүт, бұршақ дақылдарынан. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: кез-келген түрдегі тәтті және қышқыл жемістер мен жидектер. Компоттар, мусстар,

	мармеладтар, кәмпиттер (сорбитол, ксилит, сахариндегі жаңғақ печеньесі). Шығарылған: жүзім, мейіз, құрма, інжір, банан, қант, бал, джем, кәмпиттер, балмұздақ. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасындағы тұздықтар, әлсіз және майсыз ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, желкек, бұрыш, қыша (шектеулі). Алынып тасталды: ащы, тұзды және майлы тұздықтар. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, қантсыз сүт қосылған какао, итмұрын сорпасы, жаңа піскен жемістер мен жидектер шырындары, қызанақ шырыны. Алынып тасталады: Тәтті жеміс-жидек шырындары (жүзім және басқалары), тәтті квас, қанттағы лимонадтар. Диета № 9а Қолдану көрсеткіштері: инсулинді артық салмақпен (семіздіктің II және III дәрежесі) қолданбай жеңіл түрдегі қант диабеті (ауырлығы орташа). Нысаналы мақсаты. Көмірсулар, майлар, су-тұз және ақуыз алмасуының бұзылуын теңестіру. Жалпы сипаттамасы. № 9 ұқсас диета тек айырмашылығы бар, ол көмірсулар мен майлардың арқасында энергия құндылығын едәуір шектейді. Энергетикалық құндылығы - 6908 кДж (1650 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 100 г (60% жануар), майлар - 50 г (25-30% өсімдік), көмірсулар 200 г, Натрий хлориді - 12 г дейін; бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу, тамақтану режимі, тұтынуға рұқсат етілген және шектеулі өнімдердің тізімі № 9 диетаға ұқсас. Диета № 9б Қолдану көрсеткіштері: инсулин терапиясы жағдайында және кеңейтілген қозғалтқыш режимінде қант диабеті (орташа және ауыр). Нысаналы мақсаты. № 9А диеталарымен бірдей. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылығы, ақуыздар, майлар, көмірсулар, минералдар мен дәрумендердің құрамы бойынша толық диета. Энергетикалық құндылығы-11723-13398 кДж (2800-3200 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 120 г (60% жануар), майлар - 80-100 г (25-30% өсімдік); көмірсулар - 400-450 г, Натрий хлориді - 15 г дейін; бос сұйықтық-1,5 л. Пісіру және тамақтану режимі № 15 диетаға ұқсас. Азық-түлік жиынтығы бойынша № 9Б диетасы № 15 диетаға ұқсайды, тек айырмашылығы-оңай сіңетін көмірсулардың (қант, бал, джем және т.б.) мөлшері шектеулі. Күніне 30 г дейін қант қолдануға рұқсат етіледі. Диета № 10 Қолданылуы: компенсация сатысындағы жүрек аурулары немесе қан айналымының айқын білінбеген жеткіліксіздігі (I-ПА сатысы), I-II сатысындағы гипертониялық ауру, бүйректің азот бөлу функциясының бұзылуынсыз созылмалы гломерулонефрит және пиелонефрит. Нысаналы мақсаты. Ас қорыту органдары мен бүйректерді бір мезгілде қалыпты ұстау кезінде жүрек-тамыр жүйесінің қызметін жеңілдету; диурездің жоғарылауы және аралық метаболизмді жеңілдету. Жалпы сипаттамасы. Натрий хлориді мен сұйықтықты, өсімдік талшықтарын және холестеринге бай, ішектердегі түзулікке ықпал ететін өнімдерді; жүрек-тамыр және жүйке жүйесін қоздыратын, бауыр мен бүйректерді тітіркендіретін заттарды (экстрактивті және т.б.) едәуір шектеу; диетаны калий, кальций тұздарымен, липотропты заттармен (лецитин, метионин) байыту; ағзаға дәрумендердің жеткілікті мөлшерде түсуін қамтамасыз ету. Энергетикалық құндылығы-9839-10886 кДж (2350-2600 ккал). Химиялық

	құрамы: ақуыздар - 80-90 г (60% Жануарлар), майлар - 70 г (30% өсімдік), көмірсулар - 350-400 г, Натрий хлориді - 5-7 г (олардың 3-5 - і науқасқа жеке тағамдарды дәміне қарай тұздау үшін беріледі; қалған мөлшері табиғи өнімдерде кездеседі); бос сұйықтық-1,2 л. Орташа механикалық үнемдеумен аспаздық өңдеу; барлық тағамдар тұзсыз дайындалады. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 5 рет қабылданады. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: қара бидай мен бидай кешегі пісіру, печенье мен печенье. Алынып тасталды: жаңа піскен нан, май және пирожныйлар, құймақ. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: аз майлы сорттар (сиыр еті, бұзау, шошқа еті, тауық еті, күркетауық, қоян) пісірілген, содан кейін пісіру немесе қуыру, кесек немесе туралған. Алынып тасталады: майлы сорттар, үйрек, қаз, шұжық, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: қайнатылған, содан кейін қуырылған, туралған немесе кесілген майсыз. Алынып тасталады: майлы түрлер (бекіре, белуга, лосось лососьі және т.б.), ысталған, тұздалған, балық уылдырығы, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: күніне бір рет пісіру шектеусіз. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: тұтас сүт (егер түзулік тудырмаса), кілегей, сүт қышқылды сусындар, қаймақ, сүзбе, аз тұздалған ірімшік. Алынып тасталды: тұзды ірімшіктер. 6. Майлар. Ұсынылады: тұздалмаған май және өсімдік майлары. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: суда немесе сүтте дайындалған кез-келген Жарма мен макарон өнімдері (жарма, пудингтер, котлеттер және т.б.). Алып тасталды: бұршақ (бұршақ, бұршақ). 8. Көкөністер. Ұсынылады: қайнатылған және пісірілген картоп, қызылша, сәбіз, ақ қырыққабат және гүлді қырыққабат. Қияр, қызанақ, сәбіз, салат, жасыл пияз, аскөк, ақжелкен шикі. Алынып тасталады: маринадталған, тұздалған, маринадталған, шалғам, редис, шпинат, қымыздық, саңырауқұлақтар. 9. Сорпа. Ұсынылады: картоп, көкөністер, жарма, сүт, жеміс-жидек қосылған вегетариандық. Алынып тасталады: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары; бұршақпен. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: жұмсақ жидектер мен шикі жемістер, компоттар, желе, желе, мусс, самбуки, сүт кремдері, джем, бал, шоколад емес кәмпиттер, зефир, пастила. Алынып тасталды: ірі талшықты жемістер, дөрекі дәндері бар жидектер, шоколад, торттар. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасында, қаймақ, сүт, қызанақ соустары: жеміс тартқыштары; ванилин, даршын, қалампыр. Алынып тасталады: ет, балық және саңырауқұлақ сорпаларында, бұрыш, желкек, қыша. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, кофе-суррогат, көкөніс және жеміс шырындары (жүзім - шектеулі), итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: күшті шай, табиғи кофе, какао, газдалған сусындар. Диета № 10а Қолданылуы: қан айналымының айқын білінетін жеткіліксіздігі бар жүрек-қантамыр жүйесінің аурулары (об-III сатысы). Нысаналы мақсаты. Ас қорыту органдары мен бүйрек қызметін бір мезгілде айтарлықтай үнемдеу кезінде жүрек-қантамыр жүйесінің қызметін жеңілдету;

	диурезді ұлғайту және тәулік аралық алмасуды жеңілдету. Жалпы сипаттамасы. Ақуыздар (әсіресе өсімдік), майлар (негізінен отқа төзімді) және көмірсулар арқылы энергия құндылығын төмендету. Тұз бен Бос сұйықтықтың, өсімдік талшықтарының, холестеринге бай ішектердегі түзулікке ықпал ететін өнімдердің күрт шектелуі; жүрек-тамыр және жүйке жүйесін қоздыратын, бауыр мен бүйректерді тітіркендіретін заттар. Диетаны калий, кальций тұздарымен, липотропты заттармен (лецитин, метионин) байыту. Ағзаға дәрумендердің жеткілікті түсуін қамтамасыз ету. Энергетикалық құндылығы-7746-7955 кДж (1850-1900 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар-50 - 60 г (65% жануар), майлар - 50 г (30% өсімдік), көмірсулар - 300 г (60-80% қант); натрий хлориді - 1-2 г; бос сұйықтық-0,6 л. Аспаздық өңдеу. Барлық тағамдар тұзсыз дайындалады. Қуыруға рұқсат етілмейді. Тағам қайнатылған және сүртілген түрінде қолданылады. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 6 рет қабылданады. Диета екі аптадан аспайды. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай наны және тұзсыз пісірілген печенье. Алынып тасталды: нан және қарапайым печенье. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: сиыр еті, бұзау, күркетауық, тауық еті, қоян, қайнатылған, тартылған және сүртілген немесе кесілген (нәзік жас ет). Алынып тасталды: майлы және қылшық қой, қаз, үйрек, шұжық, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз, қайнатылған, кесек немесе туралған, қайнатылғаннан кейін құйылады. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, уылдырық, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: күніне 2-ге дейін жұмсақ қайнатылған, бу омлеті түрінде және ыдыс- аяқта. Алынып тасталды: шикі, қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: тұтас сүт (егер ол түзулік тудырмаса), йогурт, айран, ыдысқа қаймақ, кілегей шектеулі, жаңа піскен сүзбе. Алынып тасталды: ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: тұздалмаған май және тазартылған өсімдік майлары. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Ұсынылады: Жарма, пудингтер, Жарма суфле, сұлы, күріш және қарақұмық; қайнатылған вермишель. Алынып тасталды: інжу арпа, тары, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: картоп (шектеулі) пісірілген, қайнатылған, картоп пюресі түрінде. Қызылша, сәбіз; картоп пюресі түрінде қайнатылған гүлді қырыққабат. Бұқтырылған цуккини мен асқабақ. Суфле көкөніс. Жаңа піскен қызанақ. Алынып тасталады: басқа көкөністер, маринадталған, тұздалған, маринадталған. 9. Сорпалар (1/2 табаққа дейін). Ұсынылады: үгітілген және ұсақ туралған көкөністерден (картоп, сәбіз, қызылша), жармадан (Жарма, Геркулес, күріш), жемістерден. Алынып тасталды: ет, балық, саңырауқұлақ сорпалары, қырыққабат сорпасы, борщ, сүт, суық сорпа, тұздық. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: жұмсақ жемістер мен жидектер шикі. Пісірілген алма. Кептірілген өрік және малынған қара өрік. Компот, желе, мусс, желе, қант, бал, джем, зефир, мармелад. Алынып тасталады: ірі талшықты жидектер мен жемістер, жүзім, мейіз, шоколад, кілегей өнімдері. 11.

	Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: ақ тұздық, тәтті және қышқыл көкөністер мен жемістер. Алынып тасталды: ет, балық және саңырауқұлақ сорпаларында, дәмдеуіштерде. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, суррогат кофе, көкөніс және жеміс шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: күшті шай, табиғи кофе, какао, жүзім шырыны, газдалған сусындар, натрийге бай минералды сулар. Диета № 10с Қолдану көрсеткіштері: жүрек, ми және басқа мүшелер тамырларының атеросклерозы; II-III сатыдағы гипертониялық ауру, тыртық сатысында миокард инфарктісі. Нысаналы мақсаты. Атеросклероздың дамуына, онымен байланысты метаболикалық бұзылуларға, гемокоагуляцияға қарсы тұрыңыз, семіздік кезінде дене салмағының төмендеуіне ықпал етіңіз. Жалпы сипаттамасы. Оңай сіңетін көмірсулар мен жануарлардың майларының азаюы, олардың дәрежесі дене салмағына байланысты (диетаның екі нұсқасы қолданылады - төменде қараңыз). Тұзды, холестеринді, азотты экстрактивті заттарды шектеу. Диетаны липотропты заттармен, маңызды май қышқылдарымен, дәрумендермен (кальциферолдардан басқа), талшықпен, калиймен, магниймен, теңіз өнімдерімен байыту. Энергетикалық құндылығы және химиялық құрамы. 1 нұсқа (артық салмағы бар адамдар үшін): 9211 кДж (2200 ккал), ақуыз - 90 г, май - 70 г, көмірсулар - 300 г. 2 - нұсқа (дене салмағы қалыпты немесе төмен адамдар үшін): 10467 кДж (2500 ккал), ақуыздар - 100 г (60% Жануарлар), майлар - 80 г (30% өсімдік), көмірсулар - 350 г. диетаның екі нұсқасында - натрий хлориді 3-5 г, бос сұйықтық-шамамен 1 л. Гиперлипидемия түрін ескере отырып, нақты диетаның нұсқалары ұсынылған (IV тарауды қараңыз). Аспаздық өңдеу. Тағам тұзсыз қайнатылған, пісірілген және туралған түрінде дайындалады. Тамақтану режимі. Күніне 5-6 рет тамақтану . Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: қара бидай наны (ұнтақталған ұннан), бидай (1-ші және 2-ші сұрыпты ұннан), "Денсаулық", ақуыз-Кебек. Алынып тасталады: май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар, пирогтар, құймақ, торттар, торттар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз сорттар (сиыр еті, бұзау, тауықтар) қайнатылған немесе пісірілген, туралған немесе кесек түрінде. Көкөніс сорпасында қайнатылған тауық еті немесе ет қосылған. Майсыз ветчина. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, алдын-ала қайнатпай қуырылған ет, ми, бауыр, бүйрек, ысталған ет, шұжық, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер, пісірілген немесе қайнатылған, тартылған немесе кесілген. Көкөніс сорпасына құйыңыз. Теңіз өнімдерінен жасалған тағамдар ("Мұхит" пастасы, Мидия, тарақ, кальмар және т.б.). Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, уылдырық, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған (аптасына үш данаға дейін), ақуыз бу омлеті. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сүт, сүт қышқылы сусындары, майсыз сүзбе, майсыз және тұздалмаған ірімшік, шектеулі мөлшерде қаймақ (негізінен ыдыс-аяқтарда). Алынып тасталды: майлы кілегей, сүзбе, тұзды және майлы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: сары май және пісірілген

	(шектеулі), өсімдік (негізінен тазартылмаған) майлары. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: ұсақталған Жарма, кәстрөлдер, қарақұмық пудингтері (ядро), сұлы, арпа және басқа да дәнді дақылдар. Шектеу: жарма, күріш, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: әр түрлі (соның ішінде теңіз қырыққабаты), шикі, қайнатылған және пісірілген. Саңырауқұлақтар, репа, рутабага, шпинат, қымыздық - шектеулі. 9. Сорпа. Ұсынылады: көкөністермен, картоп пен жарма қосылған вегетариандық, сүт, жеміс; борщ, қырыққабат сорпасы. Шығарылған: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, бұршақ дақылдары. 10. Жемістер мен тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: шикі жидектер мен жемістер, кептірілген жемістер, компоттар, желе, мусс, желе. Жүзім, мейіз, қант, бал, джем - шектеулі. Қанттың орнына ішінара ксилит. Алынып тасталады: кілегей өнімдері, балмұздақ (кілегей және балмұздақ), шоколад. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: көкөніс сорпасында, сүт; жидек және жеміс соусы. Даршын, лимон қышқылы, ванилин. Шектеулі майонез және желкек. Алынып тасталды: ет, балық, саңырауқұлақ соустары, қыша, бұрыш. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, сүт қосылған кофе- суррогат, көкөністер, жидектер мен жемістердің шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: күшті шай, табиғи кофе, какао. Диета № 10и Қолдану көрсеткіштері: миокард инфарктісі. Нысаналы мақсаты. Миокардтағы репаративті процестерді жеделдетуге және жүректің функционалды қабілетін қалпына келтіруге ықпал ету; жүрек-тамыр жүйесіне жүктемені азайту, атеросклероздың, тромбоэмболиялық асқынулардың алдын алу, салмақтың шамадан тыс өсуі, ішектің мотор функциясын қалыпқа келтіру. Жалпы сипаттамасы. Тағамның энергетикалық құндылығын төмендету, оны біртіндеп жоғарылату, тұз, сұйықтық, жануарлар майлары, холестерин, азотты экстрактивті заттарды шектеу. Аскорбин қышқылымен, липотропты заттармен, калий тұздарымен байыту. Ішектердегі түзулікке ықпал ететін өнімдерді жою. Диета әртүрлі энергетикалық құндылығы мен химиялық құрамы бар үш диетадан тұрады: Сипаттамасы I рацион II рацион III рацион Энергетикалық құндылығы, кДж (ккал) 4815-5694 (1150-1360) 7118-7997 (1700-1910) 9546-10383 (2280-2480) Ақуыздар, г1 50 60-70 90 Майлар, г1 30-40 60-70 80 Көмірсулар, г 170-200 230-250 300-350 Тұз, г 1,5-2 (тағамда) 1,5-2 (тағамда) +3 қолға 1,5-2 (тағамда) +5 қолға Свободной жидкости, л 0,8 1 I _____ 1 Жануарлардың ақуыздары 65%. * Өсімдік майлары 35-40%. Аспаздық өңдеу. Қуырылған тағам алынып тасталады. Барлық тағамдар тұзсыз дайындалады; I диетада пюре түрінде, II және III - де-тазартылмаған. Тамақтану режимі. I рацион-жүрек соғысының жедел кезеңінде (алғашқы 7-8 күн) күніне 6 рет тамақ ішумен тағайындалады; II рацион- субакуталық кезеңде (2-3 апта) күніне 5 рет тамақ ішумен қолданылады; III рацион-тыртық кезеңінде (4-ші аптадан бастап) 5-ке жазумен қолданылады күніне бір рет. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар I рацион. 1. Нан және ұн өнімдері.

	Ұсынылады: бидай наны крекер түрінде. Алынып тасталады: қара бидай наны, май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар, пирогтар, құймақ, құймақ, торттар, торттар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз сиыр еті, бұзау, тауықтар қайнатылған және сүртілген. Алынып тасталады: майлы сорттар, қаз, үйрек, ми, бауыр, бүйрек, қуырылған, кесек, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер (көксерке, треска және т.б.), қайнатылған және сүртілген (суфле). Алынып тасталды: майлы түрлер, кесек, қуырылған, ысталған, тұздалған, уылдырық, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: ақуыз бу омлеті. Алынып тасталды: қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сұйылтылған сүт (шектеулі), сүт қышқылды сусындар, майсыз сүзбе, қаймақ (шектеулі) ыдысқа. Алынып тасталды: майлы кілегей, сүзбе, ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: май және өсімдік (негізінен тазартылмаған) майлар. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: қарақұмық, сұлы, жарма, күріш жармасынан тазартылған Жарма. Алынып тасталды: макарон, бұршақ. 8. Көкөністер. Ұсынылады: жаңа үгітілген сәбіз (пюре түрінде), гүлді қырыққабат және пюре түрінде қайнатылған қызылша. Алынып тасталады: басқа көкөністер, маринадталған, тұздалған, маринадталған. 9. Сорпа. Ұсынылады: көкөніс пюресі, жұмыртқа қабығы бар көкөніс сорпасында. Шығарылған: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, жарма, бұршақ дақылдары, маринадталған, борщ, қырыққабат сорпасы. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: пюре түріндегі жаңа піскен жемістер, пісірілген, пюре компоттары, қант. Алынып тасталды: ірі талшықты жидектер мен жемістер, жүзім, шоколад, кілегей өнімдері. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт, көкөніс сорпасында, тәтті, жидек және жеміс тартқыштары. Алынып тасталды: ет, балық және саңырауқұлақ сорпаларында, дәмдеуіштерде. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, суррогат кофе, көкөніс және жеміс шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: күшті шай, табиғи кофе, какао, жүзім шырыны, газдалған сусындар. II диета. 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай наны, қара бидай, ақуыз-Кебек кешегі пісіру, "Денсаулық". Тыйым салынады: май мен пирожныйдан жасалған бұйымдар, пирогтар, құймақ, құймақ, торттар, торттар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: майсыз сиыр еті, бұзау, тауық еті, қайнатылған, тартылған, кесек. 3 тыйым салынады: майлы сорттар, қаз, үйрек, ми, бауыр, бүйрек, қуырылған, ысталған ет, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз түрлер (көксерке, треска және т.б.), қайнатылған, кесек, малынған майшабақ (аптасына 1-2 рет). Алынып тасталды: майлы түрлер, қуырылған, тұздалған, ысталған, уылдырық, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: ақуыз бу омлеті. Алынып тасталды: қуырылған, қатты пісірілген. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: сұйылтылған және тағамға арналған сүт, сүт қышқылды сусындар, майсыз сүзбе, ыдысқа қаймақ, үгітілмеген ірімшік. Алынып тасталды: майлы кілегей мен сүзбе, тұзды және ащы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: май және өсімдік. Алынып тасталды: ет

	және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: қарақұмық, сұлы, жарма, күріш, қайнатылған кеспе. Алынып тасталды: макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: қайнатылған қызылша, сәбіз, гүлді қырыққабат. Сәбіз жаңа, үгітілген. Салат түріндегі жаңа қияр, қызанақ. Картоп пюресі түрінде қайнатылған картоп. Шығарылған: саңырауқұлақтар, репа, рутабага, шпинат, қымыздық. 9. Сорпа. Ұсынылады: көкөніс пен жармадан, сүттен тазартылмаған вегетариандық. Алынып тасталды: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: шикі жидектер мен жемістер, картоп пюресі, кептірілген жемістер. Компот, желе, қант. Алынып тасталады: жүзім, мейіз, шоколад, кілегей өнімдері, балмұздақ (кілегей, балмұздақ). 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сүт, көкөніс сорпасында, Тәтті, жеміс-жидек соусы. Алынып тасталды: ет, балық және саңырауқұлақ сорпаларында, дәмдеуіштерде. 12. Сусындар. Ұсынылады: әлсіз шай, суррогат кофе, көкөніс және жеміс шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: күшті шай, табиғи кофе, какао, жүзім шырыны, газдалған сусындар. III ұсынылатын және алынып тасталатын тағамдар мен тағамдар жиынтығы бойынша рацион № 10 С диетаға сәйкес келеді. Диета № 11 Қолданылуы: асқыну бәсеңдеген кезде өкпе, сүйек, лимфа түйіндерінің туберкулезі; инфекциялық аурулардан, жарақаттардан және операциялардан кейін реконвалесценция кезеңінде организмнің жалпы қоректенуі мен реактивтілігінің төмендеуі; анемия (майдың шектелуімен). Бұл жағдайларда ас қорыту жүйесінің аурулары болмаған кезде қолданылады. Нысаналы мақсаты. Жалпы тамақтану мен ағзаның реактивтілігін, созылмалы инфекцияларға төзімділікті арттыру. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылықтың жоғарылауы, жануарлардан алынатын ақуыздардың, дәрумендердің, минералдардың (темір, кальций, фосфор және т.б.) көбеюі. Энергетикалық құндылығы-13398-15282 кДж (3200-3650 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 120-140 г (60% жануар), майлар - 100-120 г (20-25% өсімдік), көмірсулар - 450-500 г, Натрий хлориді - 12-15 г, бос сұйықтық-1,5 л. Аспаздық өңдеу. Шектеусіз алуан түрлі. Тамақтану режимі. Күніне 5 рет тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: бидай және қара бидай наны. Бәліштер, тоқаштар, печенье, печенье. Алынып тасталды: майлы торттар, кілегейлі торттар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: аспаздық өңдеуде шектеусіз әртүрлі түрлер, печенье, шұжықтар, ветчина, шұжықтар. Алынып тасталды: тым майлы сорттар. 3. Балық. Ұсынылады: кез- келген аспаздық өңдеудегі әртүрлі түрлер, майшабақ, балық, уылдырық, консервілер (шектеулі). 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: кез- келген аспаздық өңдеуде. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: толық ассортиментте; сүзбе мен ірімшік әсіресе қолайлы. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі май және өсімдік майлары;пісіру үшін пісірілген. Алынып тасталады: ет (сиыр еті, қой еті); артық мөлшер. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: ассортимент пен пісіру әдістерін шектеусіз.

	Қарақұмық пен Геркулеске артықшылық беріледі. 8. Көкөністер. Ұсынылады: шикі және кез-келген аспаздық өңдеуде жаңа; ыдысқа көк. 9. Сорпа. Ұсынылады: кез келген. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: кез келген. Шикі жидектер мен жемістерді ұмытпаңыз. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: сорпаларда, жұмыртқа, қызанақ және басқаларында. Орташа мөлшердегі дәмдеуіштер. Алынып тасталды: майлы және өткір. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, какао. Жаңа піскен көкөністер мен жемістердің шырындарын ұмытпаңыз. Итмұрын сорпасы. Диета № 12 № 12 Диета жүйке жүйесінің аурулары үшін қолданылды. Химиялық құрамы бойынша ол № 15 диетаға жақындайды. Қазіргі уақытта ол іс жүзінде қолданылмайды, өйткені жүйке жүйесі ауруының сипатына және дененің басқа жүйелеріндегі қатар жүретін бұзылуларға байланысты № 5, 10, 15 диеталардың әртүрлі нұсқалары қолданылады. Диета № 13 Қолдану көрсеткіштері: жедел жұқпалы аурулар; тонзиллит; жұмсақ тіндерге, сүйектерге, қалқанша безге және т. б. операциядан кейін. Нысаналы мақсаты. Ағзадан уыттардың шығарылуын күшейту және оның қорғаныс күштерін арттыру; жедел қызба жағдайларында немесе операциядан кейінгі кезеңде төсек режимін сақтай отырып, ас қорыту органдарын ұстау. Жалпы сипаттамасы. Энергетикалық құндылықты, тамақ арнасын тітіркендіретін және ішектердегі ашыту процестеріне ықпал ететін өнімдерді шектеу; витаминдер мен сұйықтықтың құрамын арттыру; тұз қалыпты мөлшерде. Энергетикалық құндылығы-9002-9337 кДж (2150-2230 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80 г (60-70% жануарлар, негізінен сүт), майлар - 70 г (15% өсімдік), көмірсулар - 300-320 г дейін, натрий хлориді - 8-10 г, бос сұйықтық - 2 л және одан да көп. Аспаздық өңдеу. Тамақ қайнату арқылы дайындалады (суда немесе буда); пюре немесе жартылай сұйық түрінде тұтынылады. Тамақтану режимі. Бөлшек тамақты күніне 6 рет ыстық күйінде (60 °C-тан төмен емес) қабылдау. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: кешегі немесе кептірілген бидай наны, жағымсыз крекер, құрғақ печенье, печенье. Алынып тасталады: қара бидай наны, жаңа піскен, құймақ, май қамырынан жасалған бұйымдар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: ұсақ кесілген түрдегі майсыз сорттардан жасалған тағамдар - сиыр еті мен тауық еті, бұзау, қоян, тауықтан қайнатылған. Тартылған ет. Ыдыс-аяқтарды дайындау кезінде сіңірлер, шеміршектер, құстардың терісі алынып тасталады. Алынып тасталады: майлы сорттар (қаз, үйрек, қой, шошқа еті), ветчина, шұжық, консервілер. 3. Балық. Ұсынылады: майсыз немесе туралған, қайнатылған, бу, толтырғыш. Алынып тасталды: майлы түрлер, ысталған, тұздалған, консервілер. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: жұмсақ қайнатылған, бу омлеті. Алынып тасталды: қатты пісірілген және қуырылған. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: йогурт, ацидофил, айран, үгітілген ірімшік пен пісірілген түрдегі қышқыл емес сүзбе, ыдысқа майсыз қаймақ пен сүт, үгітілмеген ірімшік. Алынып тасталды: тұтас сүт, майлы қаймақ, ащы ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі және ыдыс-аяқтардағы

	май, тазартылған өсімдік - шектеулі (10-15 г дейін). Алынып тасталды: басқа майлар. 7. Жарма, макарон және бұршақ дақылдары. Ұсынылады: сүт қосылған судағы жарма, жарма, күріш, ұнтақталған қарақұмық және Геркулес пудингтері. Алынып тасталды: інжу арпа, тары, макарон, бұршақ дақылдары. 8. Көкөністер. Ұсынылады: картоп, қызылша, цуккини, асқабақ, сәбіз, картоп пюресі түрінде қайнатылған гүлді қырыққабат. Цуккини мен асқабақты бұқтыруға болады. Піскен жаңа піскен қызанақ. Алынып тасталады: басқа көкөністер (ақ қырыққабат, редис, шалғам, репа, рутабага, қияр, саңырауқұлақтар және т.б.). 9. Сорпа. Ұсынылады: әлсіз ет және балық сорпалары, рұқсат етілген көкөністер, жарма (жарма, күріш, сұлы), вермишель, кеспе, сүт (төзімді) қосылған көкөніс қайнатпалары. Алынып тасталды: күшті және майлы сорпалар, борщ, қырыққабат сорпасы, окрошка. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: піскен жұмсақ жемістер мен жидектер, пісірілген алма, пюре компоттары, желе, желе, мусс, самбуки, кремдер; қант, бал, джем, мармелад, пастила. Алынып тасталды: ірі талшықты жемістер мен жидектер, шоколад, торттар. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: ет және балық сорпасында, көкөніс сорпасында, қаймақпен. Тұздыққа арналған ұн кептіріледі. Лавр жапырағы, ванилин. Алынып тасталды: ащы және майлы тұздықтар; басқа да дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, сүт қосылған какао (төзімді), жеміс-көкөніс шырындары, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: жүзім және қырыққабат шырындары. Диета № 14 Қолдану көрсеткіштері: несептің сілтілі реакциясы бар уролития және пиелоцистит, фосфор-кальций тұздарының тұнбасы (фосфатурия). Нысаналы мақсаты. Зәрдің қышқыл реакциясын, зәр шығару жолындағы фосфор-кальций тұздарының жоғалуына жол бермейтін және оларды денеден шығаруға ықпал ететін жағдайларды қалпына келтіру. Жалпы сипаттамасы. Ақуыздардың, майлардың, көмірсулардың жеткілікті мөлшері, ретинолдың көбеюі бар оңтайлы энергия мәні. Қышқылдың таралуы және сілтілік валенттіліктің төмендеуі. Кальций тұздарын шектеу. Бос сұйықтық мөлшерінің көбеюі. Энергетикалық құндылығы-11095-12979 кДж (2650-3100 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар - 80-100 г (55-60% Жануарлар), майлар - 80-100 г (55-60% Жануарлар), көмірсулар - 400-450 г, Натрий хлориді - 12-15 г; бос сұйықтық-1,5-2 л. Аспаздық өңдеу. Шектеусіз алуан түрлі. Тамақтану режимі. Күніне 4-5 рет тамақтану. Ұсынылатын және шығарылатын тағамдар мен тағамдар 1. Нан және ұн өнімдері. Ұсынылады: әртүрлі түрлері. Алынып тасталады: сүттегі қамырдан жасалған бұйымдар. 2. Ет және құс еті. Ұсынылады: аспаздық өңдеудің шектеусіз әртүрлі түрлері. Алынып тасталды: ысталған ет. 3. Балық. Ұсынылады: кез-келген түрлі дайындық. Алынып тасталды: тұзды, ащы балық консервілері. 4. Жұмыртқа. Ұсынылады: әртүрлі дайындық. 5. Сүт өнімдері. Ұсынылады: қаймақ-шектеулі ыдыс. Алынып тасталды: сүт, сүзбе, ірімшік. 6. Майлар. Ұсынылады: табиғи түрдегі май және өсімдік майлары, пісірілген - пісіру үшін. Алынып тасталды: ет және аспаздық майлар. 7. Жарма, макарон және

	бұршақ дақылдары. Ұсынылады: аспаздық шектеусіз толық ассортиментте. 8. Көкөністер. Ұсынылады: жасыл бұршақ, асқабақ, саңырауқұлақтар (шектеулі). Алып тасталады: басқалары. 9. Сорпа. Ұсынылады: ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, Жарма, кеспе, бұршақ дақылдары. Алып тасталады: басқалары. 10. Жемістер, тәтті тағамдар мен тәттілер. Ұсынылады: қызыл қарақат, лингонберри, компот, желе, желе және олардан жасалған мусс; қант, бал, кондитерлік өнімдер. Алынып тасталады: басқа жидектер мен жемістер, сүттегі өнімдер. 11. Тұздықтар мен дәмдеуіштер. Ұсынылады: ет, балық және саңырауқұлақ сорпаларында өткір емес. Дәмдеуіштер шектеулі. Алынып тасталды: басқа тұздықтар мен ащы дәмдеуіштер. 12. Сусындар. Ұсынылады: Шай, кофе, судағы какао, итмұрын сорпасы. Алынып тасталды: жеміс-жидек шырындары. Диета № 15 Қолдану көрсеткіштері: реконвалесценттер және арнайы емдік диетаны тағайындауға көрсеткіштері жоқ науқастар (тамақ арнасының қалыпты жағдайында). Нысаналы мақсаты. Стационар жағдайында толыққанды әр түрлі ұтымды тамақтануды қамтамасыз ету. Жалпы сипаттамасы. Физикалық жұмыс жасамайтын адамға арналған физиологиялық толық және әртүрлі диета. Дәрумендердің мөлшері артады. Кейбір қиын сіңетін және ащы тағамдар алынып тасталады. Энергетикалық құндылығы-11095-12979 кДж (2650-3100 ккал). Химиялық құрамы: ақуыздар 80-100 г (55-60% Жануарлар), майлар - 80-100 г (20-25% өсімдік), көмірсулар - 400-450 г (қант 70-100 г); Натрий хлориді - 12-15 г, бос сұйықтық - 1,5 л. Аспаздық өңдеу. Шектеусіз алуан түрлі. Тамақтану режимі. Тамақ күніне 4-5 рет қабылданады. Рұқсат етіледі: негізгі тағамдық ингредиенттердің дұрыс қатынасын және дәрумендердің ағзаға түсуін арттыратын әртүрлі өнімдер. Диетаға көкөністер, жемістер, жидектер мен олардың шырындарын, итмұрын отварын, Кебек, сүт, сүт өнімдері, май және өсімдік майлары, қара бидай наны және т. б. қосу ұсынылады. Алынып тасталады: сіңірілмейтін майлы тамақ өнімдері (шошқа еті, сиыр еті, қой еті, қаз, үйрек, сиыр еті, шошқа еті, қой еті және аспаздық майлар). Шектеу: қыша және бұрыш. Қарама-қарсы диеталар (ораза күндері) Тағамдық заттардың басым болуымен ақуыз (сүт, сүзбе, ет және көкөніс), көмірсулар (қант, алма, күріш-компот, салат, картоп, қарбыз, асқабақ, қияр және т.б.) және майлы ораза күндері (қарама-қарсы диеталар) ерекшеленеді. 1. Сүт күні. 1 нұсқа: күніне 6 рет 100 мл сүт, түнде 20 г глюкоза немесе қант қосылған 200 мл жеміс шырыны, күніне 2 рет 25 г кептірілген бидай тұзсыз нан қосуға болады. Тағайындауға көрсеткіштер: II-III дәрежелі қан айналымы жеткіліксіздігі бар жүрек-қантамыр жүйесінің аурулары. 2 нұсқа: күніне 6 рет 200-250 мл сүт, айран, йогурт. Тағайындау көрсеткіштері: семіздік, подагра, атеросклероз, уратуриямен уролития. 2. Сүзбе күні: 4 қабылдауға арналған 600 г сүзбе, қантсыз сүт қосылған 2 стакан кофе және 1-2 стакан итмұрын сорпасы. Тағайындау көрсеткіштері: семіздік, атеросклероз. 3. Ет-көкөніс күні: 360 г қайнатылған ет (майсыз), 0,6-0,8 кг көкөніс гарнирі (қияр, сәбіз, қырыққабат, қызанақ және

	т.б.), қантсыз сүт қосылған 2 кесе кофе және 1 қабылдауға бөлінген 2-2 стакан итмұрын сорпасы. Тағайындау көрсеткіштері: семіздік. 4. Қант күні: 1 л шай және 200 г қант (күніне 5 рет 40 г қант қосылған 1 стакан ыстық шай). Тағайындау көрсеткіштері: бауыр мен өт жолдарының аурулары, созылмалы гломерулонефрит. 5. Алма күні: 1,5 кг шикі піскен алма (күніне 5 рет 300 г). Тағайындау көрсеткіштері: семіздік, гипертония, атеросклероз, созылмалы гломерулонефрит, созылмалы энтероколит. 6. Күріш-компот күні: күніне 1-2 кг жаңа піскен немесе 250 г кептірілген жемістер, 50 г күріш, 120 г қант және 1,5 л су; күніне 6 рет бір стақан тәтті компот беріледі, оның ішінде 2 рет - тәтті күріш ботқасы (суда пісірілген). Тағайындау көрсеткіштері: гипертония, бүйрек, бауыр және өт жолдарының аурулары. 7. Салат күні: 1,2-1,5 кг жаңа піскен көкөністер мен жемістер (пурин негіздері нашар) аз мөлшерде өсімдік майы немесе қаймақ қосылған (күніне 4-5 рет тұз қоспай 200-250 г салат). Тағайындау көрсеткіштері: созылмалы полиартрит, атеросклероз, бүйрек аурулары, зәр қышқылы диатезі, подагра, гипертония. 8. Картоп күні: 1,5 кг пісірілген немесе қайнатылған 5 қабылдауға арналған тұзсыз картоп. Тағайындау көрсеткіштері: қан айналымы жеткіліксіздігі, жедел және созылмалы гломерулонефрит. 9. Қарбыз немесе асқабақ күні: 1,5 кг піскен қарбыз (қабығы жоқ) немесе пісірілген асқабақ (5 қабылдауға 300 г). Тағайындау көрсеткіштері: гипертония, гломерулонефрит, пиелоцистит, бауыр және өт жолдарының аурулары, зәр қышқылы диатезі. 10. Қияр күні: күні бойы 2 кг жаңа қияр. Тағайындау көрсеткіштері: семіздік, зәр қышқылы диатезі, гипертония. 11. Майлы күн:күніне 4 рет 80 г қаймақ. Тағайындау көрсеткіштері: семіздік. Ораза ұстау күндері әдетте негізгі диетаның орнына 7-10 күнде 1 рет тағайындалады. Ораза ұстайтын диеталардың энергетикалық құндылығы төмен болғандықтан, оларды пациент төсек демалысын сақтаған жағдайда жүргізу керек. Қарама- қарсы күндер интерстициальды метаболизмді едәуір жеңілдетуге, метаболизм өнімдерін, артық натрий мен сұйықтықтарды ағзадан шығаруға ықпал етеді және аурудың ағымына жағымды әсер етеді. Әрбір диета мыналарды қамтиды: 1) мақсатына қарай көрсетілімдері; 2) мақсатына қарай мақсаты; 3) жалпы сипаттамасы - химиялық құрамының, азық-түлік жиынтығының және аспаздық өңдеудің ерекшеліктері; 4) химиялық құрамы мен энергетикалық құндылығы; 5) тамақтану режимі; 6) рұқсат етілген өнімдер мен тағамдардың тізбесі және оларды дайындау тәсілдері. Жартылай фабрикаттар мен дайын тез бұзылатын бұйымдарда дайындаушы кәсіпорынның дайындау күні мен сағаты, жөнелту уақыты мен өткізу мерзімі көрсетілген сапасы туралы куәлігі (сертификаттары) болуы тиіс. Қызмет сапасына қойылатын талаптар: Жеткізуші емдік- диеталық тағамды дайындау үшін қолданылатын тағамның сапасын растауы тиіс. Жеткізуші дайын тағамды арнайы тамақ термосында немесе қақпағы жабылатын ыдыста таратуды жүзеге асырады. Өнім беруші емдік– диеталық тағамды дайындау сапасын бақылау үшін дайындалған тағамдардың тәуліктік

	сынамасын кемінде 48 сағат қалдыруға міндетті. Бірге үшінші тағамды витаминдеу жыл бойы. Азық- түліктің тауарлық маңайын сақтау. Емдік-диеталық тамақтануды дайындаудың технологиялық процесінің ағымын сақтау. Жеткізуші келесі құжаттарды ұсынуы керек: 1. Мәлімделген қызметкерлерге арналған санитарлық кітапшалар. 2. Сан эпид нысанға қорытынды. 3. Тамақ өнімдерін тасымалдауға арналған мамандандырылған автокөлікті пайдалану. Тамақтану сапасы төмен болған жағдайда, пациенттер тарапынан шағымдар, бөлімше басшыларының, бас медбикенің баяндамалары, Тапсырыс берушінің шартты тиісінше орындамағаны үшін мемлекеттік сатып алу туралы шартты біржақты тәртіппен бұзуға құқығы бар. Қызмет көрсету мерзімі: 01.01.2027 жылдан бастап 31.12.2028 жылға дейін.
Әлеуетті өнім берушіге оның жеңімпазы анықталған және онымен Мемлекеттік сатып алу туралы шарт жасалған жағдайда қойылатын талаптар (қажет болған кезде көрсетіледі) (әлеуетті өнім берушіні көрсетілген мәліметтерді көрсетпегені және ұсынбағаны үшін қабылдамауға жол берілмейді)	Техникалық ерекшелікке және келісім шарт талаптарына сәйкес

Приложение 16
к конкурсной документации

Техническая спецификация закупаемых услуг (заполняется заказчиком)

Наименование заказчика	Государственное коммунальное предприятие на праве хозяйственного ведения «Областной центр психического здоровья» при управлении здравоохранения Акмолинской области
Наименование организатора	государственное учреждение "Управление по государственным закупкам и коммунальной собственности Акмолинской области"
№ конкурса:	№ 17867999-2
Наименование конкурса:	Услуги по организации обеспечения питания пациентов
Номер лота:	№ 88202765-ОК1
Наименование лота:	Услуги по организации обеспечения питания пациентов
Наименование кода Единого номенклатурного справочника товаров, работ, услуг:	841212.000.000004
Наименование услуги:	Услуги по организации обеспечения питания пациентов
Единица измерения:	Одна услуга
Количество (объем):	1
Цена за единицу, без учета налога на добавленную стоимость:	22417055.1
Общая сумма, выделенная для закупки, без учета налога на добавленную стоимость:	22417055.1
Срок оказания услуги:	Ежедневно, с 1 января 2027г. по 31 декабря 2028 года согласно технической спецификации
Размер авансового платежа* *:	0 %
Гарантийный срок (в месяцах)	12

Описание требуемых характеристик, параметров и иных исходных данных	Техническая спецификация Конкурс по государственным закупкам услуг (аутсорсинг) по обеспечению питания пациентов (детское психиатрическое отделение) в ГКП на ПХВ «Областной центр психического здоровья» при управлении здравоохранении Акмолинской области на 2027-2028 года по адресу: Акмолинская область, г. Кокшетау, ул. Ауельбекова 36. Объем закупаемых услуг Услуга по организации питания пациентов 2027 год, Цена за один койко-день, 1915,52 в тенге без НДС Количество 5610 койко-дней Сумма, 10 746 067,20 в тенге без НДС 2 Услуга по организации питания пациентов 2028 год, Цена за один койко-день 2080,39 в тенге, Количество 5610 койко-дней Сумма, 11 670 987,90 в тенге без НДС ИТОГО 22 417 055, 10 Место оказания Услуг: Акмолинская обл, г. Кокшетау, ул. Ауельбекова 36. На основании Приказа Министра финансов Республики Казахстан от 10 сентября 2024 года № 613 ТРЕБОВАНИЯ К ПОСТАВЩИКУ: находиться на территории соответствующей административно-территориальной единицы (области, города республиканского значения и столицы), на которой планируется приобретение указанных услуг: Акмолинская область, г. Кокшетау, ул. Ауельбекова 36. Аутсорсинг производственного процесса пищеблока производится в соответствие с действующими нормативными актами РК: 1. Услуги по обеспечению питанием пациентов для ГКП на ПХВ «Областной центр психического здоровья» при управлении здравоохранении Акмолинской области должны соответствовать следующим характеристикам: Услуги должны оказываться с соблюдением всех установленных санитарно-гигиенических норм и правил, требований к организации лечебно-диетического питания в организациях здравоохранения. Лечебно-диетическое питание должно быть организовано в соответствии с нормативно-правовыми актами: - Постановление Правительства Республики Казахстан от 26 января 2002 года № 128 «Об утверждении натуральных норм на питание и минимальных норм оснащения мягким инвентарем государственных организаций здравоохранения республики»; - Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 21 декабря 2020 года № ҚР ДСМ-302/2020 «Об утверждении стандартов питания в организациях здравоохранения и образования» - Технический регламент Таможенного союза (ТР ТС 021/2011) от 9 декабря 2011 года № 880 «О безопасности пищевой продукции»; - Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 16 ноября 2020 года № ҚР ДСМ-196/2020 «Об утверждении Правил выдачи, учета и ведения личных медицинских книжек»; - Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 11 августа 2020 года №ҚР ДСМ-96/2020 «Об утверждении Санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к объектам здравоохранения»; - Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 17 февраля 2022 года № ҚР ДСМ-16 «Об утверждении Санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к объектам общественного питания; - Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 7 апреля 2023 года № 62 Об утверждении Санитарных правил "Санитарно-эпидемиологические требования к

	осуществлению производственного контроля"; - иные действующие нормативно-правовые акты Республики Казахстан, прямо или косвенно регулирующие деятельность в сфере лечебно- диетического питания. Поставщик должен предложить весь комплекс услуг, необходимый для поставки готового питания в отделения Заказчика, а именно: организацию питания, в том числе приготовление рационов питания, обеспечение транспортировки готового питания в соответствии с назначенной диетой, выполнением всех санитарно- гигиенических норм и правил. Показатели безопасности и пищевой ценности поставляемых (используемых при организации питания) пищевых продуктов должны соответствовать нормативным документам Республики Казахстан, показатели качества - соответствовать условиям договора на организацию питания в лечебно-профилактических учреждениях и быть не ниже показателей качества, предусмотренных государственными стандартами Республики Казахстан для аналогичных видов пищевых продуктов; Маркировка (информация для потребителей), размещаемая на каждой единице потребительской тары, должна соответствовать требованиям нормативных документов Республики Казахстан. Средства нанесения информации, контактирующие с продуктом, не должны влиять на качество продукта, должны обеспечивать стойкость маркировки при хранении, транспортировании и реализации продуктов и быть изготовлены из материалов, допущенных государственным органом здравоохранения Республики Казахстан для контакта с пищевыми продуктами. Технологическое оборудование, аппаратура, инвентарь, посуда, тара должны быть изготовлены из материалов, разрешенных к применению в Республике Казахстан. Транспортировка, хранение, расфасовка и реализация пищевой продукции на объектах питания должна осуществляться с соблюдением товарного соседства, обеспечивая раздельные транспортировку, хранение, расфасовку сырой пищевой продукции и полуфабрикатов с готовой к употреблению пищевой продукцией, а также температурно-влажностного и светового режимов, предъявляемых для каждого вида пищевой продукции, обеспечивая сохранность, качество и безопасность пищевой продукции. Во время погрузки, транспортировки и разгрузки пищевая продукция должна предохраняться от атмосферных осадков, влаги. Для транспортировки пищевой продукции Поставщиком должно использоваться транспортное средство, с грузовым отделением, внутренняя поверхность которого должна быть выполнена из моющихся и нетоксичных материалов, подвергающиеся очистке, мойке и дезинфекции, обеспечивающие защиту пищевой продукции от загрязнения, проникновения животных, в том числе грызунов, и насекомых . При использовании транспортных средств и (или) контейнеров для транспортировки одновременно различной пищевой продукции, либо пищевой продукции и непищевых грузов, Поставщиком должны быть обеспечены условия, исключающие их соприкосновение, загрязнение и изменение органолептических свойств пищевой продукции. Грузовые отделения транспортных средств и контейнеры для транспортировки пищевой продукции Поставщик должен

	содержать в чистоте, подвергать очистке, мойке с периодичностью, установленной объектом, для обеспечения состояния, исключающего загрязнение пищевой продукции. Для мойки внутренних поверхностей грузовых отделений транспортных средств и контейнеров, предназначенных для транспортировки пищевой продукции, поставщик должен использовать воду, соответствующую требованиям безопасности, предъявляемым к питьевой воде, установленным в документах нормирования. Транспортировка продовольственного сырья и пищевых продуктов осуществляется специальным, чистым автотранспортом. Использование специализированного автотранспорта, предназначенного для перевозки пищевых продуктов (независимо от их упаковки), для других целей не допускается. Не допускается принимать и использовать в производстве пищевую продукцию, которая: 1) не соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям и техническому регламенту ТР ТС 021/2011 и (или) техническим регламентам на отдельные виды пищевой продукции, действующим в области безопасности пищевой продукции; 2) имеет явные признаки недоброкачественности (порча, разложение, загрязнение, гнили); 3) не имеет товаросопроводительные документы, содержащие сведения, удостоверяющие прослеживаемость, документы, подтверждающие безопасность; 4) не соответствует предоставленной изготовителем информации, указанной в маркировке; 5) не имеет установленных сроков годности или с истекшими сроками годности; 6) не имеет маркировки, содержащей сведения, предусмотренные нормативными правовыми актами в области безопасности пищевой продукции; 7) в упаковке, не предназначенной для контакта с пищевой продукцией; 8) не имеет на маркировке условий хранения, или условия хранения которой не соответствуют указанным в маркировке и (или) товаросопроводительных документах, температурно-влажностным режимам ее хранения; 9) является пищевой продукцией непромышленного изготовления, подвергшейся тепловой и (или) иной обработке; 10) со следами пребывания насекомых, грызунов в самой пищевой продукции; 11) содержит запрещенные и имеющие ограничения в применении пищевые добавки, ароматизаторы, ингредиенты и продовольственное (пищевое) сырье; 12) является пищевой продукцией, в отношении которой одним из государств - членов Евразийского экономического союза введены временные санитарные меры. Не допускается хранение продукции общественного питания совместно с пищевой продукцией иного вида и непищевой продукцией в случае, если это может привести к загрязнению пищевой продукции. Пищевая продукция должна храниться в упаковке (таре) изготовителя, при транспортировке в производственные помещения пищевую продукцию должны перекладывать в чистую, промаркированную внутрицеховую упаковку (тару). Хранение пищевой продукции в транспортной упаковке (таре) в производственных помещениях не допускается. Пищевую продукцию поставщик обязан хранить раздельно, по видам. Пищевая продукция, имеющая специфический запах (например свежий хлеб и хлебобулочные изделия, пищевые добавки (специи,

	пряности), ароматизаторы, рыба, рыбная продукция, мясные изделия копченые, полукопченые, варено-копченые), должна храниться и транспортироваться отдельно от пищевой продукции, воспринимающей, абсорбирующей посторонние запахи (например, масло сливочное, сыр, творог, яйцо, чай, кофе, какао, соль, сахар и кондитерские изделия). На объектах питания расстановка и работа оборудования должна обеспечиваться с соблюдением поточности технологических процессов, возможности свободного доступа к оборудованию для обслуживания, мытья, дезинфекции и ремонта, с исключением возможности контакта сырой и готовой к употреблению пищевой продукции. Для измельчения сырой и прошедшей тепловую обработку пищевой продукции, а также для сырых полуфабрикатов и кулинарных полуфабрикатов высокой степени готовности должно предусматриваться и использоваться раздельное технологическое оборудование, а в универсальных машинах - сменные механизмы. Готовое питание поставщик должен транспортировать Заказчику в специальных термасах или посудой с крышкой (с термоизоляцией), хорошо вымытых, прошпаренных кипятком с плотно закрывающимися крышками. Температура раздачи блюд: горячие блюда (супы, соусы) при раздаче - не ниже +75 оС, вторые блюда и гарниры - не ниже +65 оС, холодные супы, напитки - не выше +14 оС. Готовые первые и вторые блюда допускается хранить на мармите, горячей плите и в емкостях с подогревом не более двух часов с момента их изготовления и расфасовки, либо в изотермической упаковке - в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, горячие овощные блюда - не более двух часов при температуре не ниже +75 оС. Салаты, винегреты заправляются не посредственно перед отпуском. Срок реализации холодных блюд в охлажденном состоянии - не более одного часа с момента их изготовления и заправки. Блюда, прошедшие тепловую обработку и предназначенные для временного хранения до их реализации, должны подвергаться быстрому охлаждению с температуры +65 °С до +5 °С в течение одного часа в специальном холодильном оборудовании быстрого охлаждения. Не допускается смешивание готовой к употреблению пищевой продукции, изготовленной на объекте питания, с остатками от предыдущего дня. Для транспортировки готовой продукции общественного питания должна использоваться чистая изотермическая упаковка (термасах или посудой с плотно закрывающимися крышками), с доставкой готовой пищи в пункты питания в течение не более одного часа после упаковывания. Упаковывание блюд производится немедленно после приготовления. Не допускается ставить упаковку при раздаче пищи на пол. Хранение горячих первых и вторых блюд в изотермической упаковке - не более 3 часов (включая время их транспортировки). Для изготовления питания должно применяться сырье, качество и безопасность которого соответствуют требованиям нормативных документов. Готовое питание должно соответствовать требованиям Санитарных правил и норм - требованиям к питательной ценности, ассортименту и качеству питания, быть

	безопасно для жизни и здоровья людей. В период действия договора Заказчик, ежедневно подает меню раскладку, для приготовления питания на следующий день. В заявке указывается количество пациентов, состоящих на питании, № Диеты, а Поставщик обеспечивает поставку готового питания по данным сведениям. В случае уменьшения или увеличения количества больных Заказчик имеет право подать дополнительную заявку без предоставления меню. Для организации питания должна использоваться преимущественно продукция высокой пищевой и биологической ценности, обогащенная витаминами и микроэлементами. Поставляемое готовое питание должно быть качественным и безопасным, что подтверждается документами, предусмотренными Законодательством РК. На каждое блюдо составляется карточка-раскладка, в которой указывается рецептура, химический состав, энергоценность, масса нетто продуктов и выход продуктов. Заготовка и обработка полуфабрикатов, овощей, салатов, обработка яиц осуществляется согласно Приказу Министра здравоохранения Республики Казахстан от 17 февраля 2022 года № ҚР ДСМ-16 «Об утверждении Санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к объектам общественного питания»; Термоса после доставки питания возвращаются Поставщику. Мытье и обработка термосов производится Поставщиком. Персонал Поставщика должен быть обеспечен чистой специальной одеждой, а также средствами индивидуальной защиты рук в зависимости от ассортимента изготавливаемой продукции (в том числе для персонала, занятого в производстве холодных блюд, салатов и порционировании блюд одноразовыми перчатками, предназначенными для контакта с пищевой продукцией). Работники пищеблока, а также водитель-экспедитор должны быть обеспечены спецодеждой за счет средств Поставщика. Ежедневно на пищеблоке и у Заказчика должна оставляться суточная проба приготовленных блюд. Суточная проба от приготовленного блюда отбирается стерильными (или прокипяченными) ложками в промаркированную стерильную (или прокипяченную) стеклянную посуду с плотно закрывающимися стеклянными или металлическими крышками. Порционные блюда должны отбираться в полном объеме, при этом салаты, первые и третьи блюда, вторые блюда, гарниры - не менее 200 г. Отобранные суточные пробы хранятся не менее 48 часов в специальном холодильном оборудовании или в специально отведенном месте холодильного оборудования для хранения готовой пищевой продукции при температуре +2 °С - +6 °С. По истечении 48 часов суточная проба выбрасывается в пищевые отходы. Посуда для хранения суточной пробы (ёмкости, крышки) обрабатывается. Допускается обеспечение горячим питанием больных на договорной основе при условии соблюдения установленных норм и правил. Поставщик обеспечивает беспрепятственный доступ представителей Заказчика на пункт приготовления питания для контроля за качеством готовых блюд. Поставщик должен обеспечить хранение продуктов питания, готовых блюд с применением специального технологического и холодильного оборудования, а так же, обеспечить быструю доставку

	лечебного питания в отделения в горячем виде, обеспечить организацию 6-ти разового питания для больных - ежедневно. Порядок организации лечебно-диетического питания: № Наименование услуг Ответственное лицо 1 Организация услуг ежедневного лечебно-диетического 6-тиразового питания для пациентов (детское психиатрическое отделение) исполнитель 1.1. Предоставление количества больных ежедневно на день вперед, в пятницу – на три дня вперед Заказчик – диетическая сестра 1.2. Согласование и утверждение 2-х недельного перспективного сезонного меню Исполнитель, диетическая сестра, эпидемиолог, директор 1.3. Закуп продуктов Исполнитель 1.4. Приготовление питания Исполнитель 1.5. Раздача горячего питания по отделениям Заказчик 2 Сопутствующие услуги 2.1 Закуп и установка в помещении кухни недостающего ассортимента и количества оборудования для приготовления питания. Исполнитель 2.2 Проведение производственного контроля в соответствии с нормативно-правовым актом: 1 раз в месяц- проведение санитарно-эпидемиологического обследования, 1 раз в квартал- лабораторный контроль Заказчик, Исполнитель 3 График времени выдачи готовой продукции Время распределения 3.1 Завтрак 9.00 3.2 Второй завтрак (детское) 11.00 3.3 Обед 13.00 3.4 Полдник 16.30 3.5 Ужин 18.30 3.6 Дополнительный ужин (детское) 21.00 Поставка готового питания (состоящих из завтрака, второго завтрака, обеда, полдника , ужина, дополнительного ужина) производится ежедневно три раза в день. Готовое питание доставляется : завтрак –к 7ч 30мин; обед и полдник - к 12ч.30мин; ужин- к 17ч 30мин. Технология приготовления питания должна строго соответствовать требованиям диетического стола (с 0 по 15 стол, индивидуальный стол). Энергетическая ценность (энергоценность, калорийность) пищи выражают в современных единицах килоджоулях (кДж) или старых единицах килокалориях (ккал). 1 ккал = 4,184 кДж. 1000 ккал=4,184 МДж (мегаджоуль). Нулевые диеты Показания к применению: после операций на органах пищеварения; полубессознательное состояние больного. Целевое назначение. Обеспечение организма минимальным количеством пищевых веществ в случаях противопоказаний к приему твердой пищи; максимальная разгрузка органов пищеварения, предупреждение метеоризма (скопление газов) в кишках. Диета № 0а. Энергетическая ценность - 3161-4271 кДж (755-1020 ккал). Химический состав: белков - 5-10 г, жиров - 15-20 г, углеводов - 150-200 г, натрия хлорида - 1-2 г, свободной жидкости - 1,8-2,2 л. Кулинарная обработка, обеспечивающая жидкую и желеобразную пищу. Режим питания. Пищу принимают дробными порциями 7-8 раз в сутки с температурой не выше 45°; на один прием не более 200-300 г. Рекомендуются: слабый обезжиренный мясной бульон, слизистые отвары со сливками, фруктово-ягодный кисель, фруктово- ягодные соки, желе фруктовое, отвар шиповника с сахаром. Исключаются: цельное молоко, плотные и пюреобразные блюда, газированные напитки. Диета № 0б (1 а-хирургическая). Энергетическая ценность - 6364-6908 кДж (1520-1650 ккал). Химический состав:

	белков – 40-50 г, жиров – 40-50 г, углеводов - 250 г, натрия хлорида - 4-5 г; свободной жидкости - до 2 л. Режим питания. Разрешается на прием до 350-400 г в теплом виде 6 раз в сутки; назначается после диеты 0а. Рекомендуются: в дополнение к продуктам и блюдам диеты № 0а слизистые крупяные супы на овощном отваре, жидкие протертые каши из круп (гречневой, риса, геркулеса), паровой белковый омлет, яйцо всмятку, паровое суфле или пюре из нежирного мяса и рыбы, муссы из некислых ягод. Диета № 0в (16 - хирургическая). Энергетическая ценность - 9211-10048 кДж (2200-2400 ккал). Химический состав: белков - 80-90 г, жиров - 65-70 г, углеводов - 320-350 г, натрия хлорида - 6-7 г, свободной жидкости - 1,5 л. Режим питания. Прием пищи до 6 раз в день в теплом виде; назначается после диеты № 0б, как переходный этап к физиологически полноценному питанию. Рекомендуются: супы-пюре, супы-кремы, паровые блюда из протертого отварного мяса и рыбы, паровые блюда из творога, творог протертый со сливками, кисломолочные напитки, печеные яблоки, протертое овощное и фруктовое пюре, до 75 г белых сухарей. Диета № 1а Показания к применению: язвенная болезнь в фазе обострения (в первые 8-12 дней); острые гастриты, обострения хронических гастритов и гастродуоденитов (в первые дни лечения); после операций на желудке (через 6-7 дней); ожог пищевода. Целевое назначение. Путем максимального механического и химического щажения пищевого канала способствовать репарации слизистой оболочки и снижению рефлекторной возбудимости желудка, уменьшению исходящих из него интероцептивных раздражений. Общая характеристика. Ограничение энергетической ценности в основном за счет углеводов и в незначительной степени - белков и жиров. Исключаются продукты, являющиеся сильными возбудителями желудочной секреции, раздражающие механически, химически и термически (очень горячие и холодные) слизистую оболочку желудка. Энергетическая ценность 7746-8374 кДж (1850-2000 ккал). Химический состав: белков - 80-90 г (65-70% животные), жиров - до 80-90 г (20 % растительные), углеводов - 200 г, натрия хлорида - 8 г; свободной жидкости - 1,3-1,5 л. Кулинарная обработка. Пища в вареном или приготовленном на пару виде, жидкой и полужидкой консистенции. Режим питания. Диета предусматривает соблюдение постельного режима. Пищу принимают через каждые 2-3 ч 6 раз в сутки дробными порциями в теплом виде (40-50 °С). Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия исключаются. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта говядины, телятины, кролика после удаления сухожилий, фасций и жира. Птицу очищают от кожи. Употребляют в виде пюре или парового суфле из вареного мяса 1 раз в день. Исключаются: другие блюда из мяса и птицы. 3. Рыба. Рекомендуется: паровое суфле из отварной рыбы нежирных сортов (судак и др.) 1 раз в день (вместо мяса). Исключаются: жирные виды и прочие блюда. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку или в виде парового омлета (до 3-4 штук в день). Исключаются: в другом виде. 5. Молочные

	продукты. Рекомендуются: молоко, сливки, творожное паровое суфле. Исключаются: сыр и молочнокислые продукты (кефир, простокваша, сметана, творог и др.). 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное несоленое и оливковое масло хорошо очищенное в натуральном виде, добавленные в блюда. Исключаются прочие разновидности. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются молочные жидкие каши из манной крупы, рисовой и гречневой муки детского питания, толокна. Исключаются макаронные изделия, бобовые и другие каши. 8. Овощи. Рекомендуются: гомогенизированные (детского питания). Исключаются: в другом виде. 9. Супы. Рекомендуются: слизистые отвары на молоке из риса, перловой и овсяной (геркулеса) круп. Исключаются: бульоны из мяса, курицы, рыбы, овощей, грибов. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости: Рекомендуются: сахар, мед, молочный кисель; желе, кисель, мусс на желатине из некислых ягод и фруктов; снежки и меренги. Исключаются: фрукты и ягоды в сыром виде. 11. Соусы и пряности исключаются. 12. Напитки. Рекомендуются: отвары шиповника, пшеничных отрубей, соки свежих некислых фруктов и ягод, разведенные водой с сахаром, некрепкий чай с молоком или сливками. Исключаются: кофе, какао, квас, газированные напитки. Диета № 1б Показания к применению: язвенная болезнь в период обострения (после 8-12-дневного пребывания на диете № 1а); острый гастрит и обострение хронического гастрита; после операций на желудке (переход с диеты № 1а). Целевое назначение. То же, что и в диете № 1а, но с умеренным щажением желудка (среднее между диетами № 1а и 1). Общая характеристика. Умеренное ограничение энергетической ценности за счет углеводов. Нормальное содержание белков и жиров. Исключаются сильные возбудители желудочной секреции, раздражающие желудок химически и термически; механическое щажение желудка менее строгое, чем в диете № 1а. Энергетическая ценность - 10048-10886 кДж (2400-2600 ккал). Химический состав: белков - 90 г (60-65% животные), жиров - 90 г (20-25% растительные), углеводов - 300-350 г, натрия хлорида - 10 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пища в вареном или приготовленном на пару виде, полужидкой и пюреобразной консистенции. Режим питания. Пищу принимают через каждые 2-3 ч 6 раз в сутки дробными порциями в теплом виде (40-50 °С) в условиях полупостельного режима. Рекомендуются: дополнительно к диете № 1а - 70-100 г белых сухарей и сухого бисквита, кнели, фрикадели, пюре, суфле из вареного мяса и рыбы; протертый творог с молоком. Вместо слизистых протертые супы. Овощные пюре, соусы из свежей сметаны. Ограничения менее строгие, с учетом дозволенных диетой № 16 расширений, по сравнению с диетой № 1а. Диета № 1 (основная) Показания к применению: язвенная болезнь и хронический гастрит с нормальной и повышенной желудочной секрецией в фазе затихающего обострения и ремиссии (в течение 3-5 мес.); хронический гастрит с секреторной недостаточностью в фазе обострения; острый гастрит в период выздоровления; после операций на желудке в фазе

	восстановления (после диет № 1а и 1б). Целевое назначение. То же, что и в диете № 1б, но с меньшим щажением желудка. Общая характеристика. Диета с достаточной энергетической ценностью и нормальным соотношением основных пищевых веществ. Исключаются химические и термические пищевые раздражители, сильные стимуляторы желудочной секреции. Механическое щажение желудка менее строгое, чем в диете № 1б. Энергетическая ценность - 12142-12979 кДж (2900-3100 ккал). Химический состав: белков - 100 г (60 % животные), жиров – 100 г (20-30% растительные), углеводов - 400-450 г; натрия хлорида - 12 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пищу готовят на пару, варят и подают в протертом виде. Режим питания. Пищу принимают 5-6 раз в сутки в теплом виде (40-50 °С). Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный из муки высшего и 1 сорта вчерашней выпечки или подсушенный; несдобные булочки (1-2 раз в неделю); сухой бисквит, несдобное печенье (типа «Мария»). Исключаются: хлеб ржаной, свежий, блины, пирожки, пироги, сдоба, (диета № 1 - хирургическая - отличается от диеты № 1 включением некрепких мясных, рыбных и овощных бульонов и ограничением цельного молока). 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта мяса (говядина, телятина, кролик) без сухожилий и фасций, куры и индейки без кожи в отварном или паровом виде, протертые (котлеты, кнели, фрикадели, пюре, суфле, рулет и др.), телятина, кролик, цыплята в отварном виде куском, бефстроганов из вареного мяса. Отварные и паровые язык и печень. Ветчина нежирная, нежилистая, несоленая; колбасы докторская и диетическая мелконарезанные; мясной сырок, паштет из печени. Исключаются: жирные и жилистые сорта мяса и птиц в жареном и тушеном виде, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды без кожи куском или в виде котлетной массы в отварном или паровом виде, заливная на овощном наваре. Малосоленая зернистая икра в небольшом количестве. Исключаются: жирные виды (осетрина, севрюга и др.), копченая, соленая, жареная, тушеная. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, паровые омлет и яичница (2 яйца в день). Исключаются: сваренные вкрутую, жареные яичница и омлет, сырой яичный белок. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко цельное, сливки, однодневная простокваша, свежие некислая сметана и творог в блюдах (ленивые вареники, запеканка, пудинги и др.); сыр неострый протертый. Исключаются, молочные продукты с высокой кислотностью, острые сыры. 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное несоленое, рафинированное оливковое и подсолнечное в натуральном виде или добавленные в блюда. Исключаются другие жиры, пережаренное масло. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: каши, сваренные на молоке или воде - манная, хорошо разваренная рисовая, протертые гречневая и геркулесовая. Паровые пудинги, суфле, котлеты из молотых круп. Отварные нарубленные макаронные изделия. Исключаются: пшено, перловая, ячневая, гречневая (ядрица), бобовые, цельные макароны. 8. Овощи.

	Рекомендуются: свекла, картофель, морковь, цветная капуста, зеленый горошек, сваренные в воде или на пару и протертые (пюре, суфле); паровые пудинги; кабачки и тыква, нарезанные кусочками, в отварном виде. Изредка спелые некислые помидоры в небольшом количестве. Исключаются: другие овощи, соленые, квашеные, маринованные овощи и грибы, овощные консервы. 9. Супы. Рекомендуются: из протертых овощей, молочные, крупяные, протертые из вермишели или домашней лапши с добавлением разрешенных протертых овощей; супы-пюре молочные, из овощей, из заранее вываренных кур или мяса. Заправляются сливочным маслом, некислой сметаной, яичным желтком. Исключаются: на мясном, курином, рыбном бульоне, грибном и крепких овощных наварах, борщ, щи, окрошка. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые сладкие фрукты и ягоды в виде пюре, киселей, желе, муссов, протертых компотов. Печеные яблоки (без кожицы). Сладкие блюда на взбитых белках (муссы, самбуки), взбитые сливки, кремы, молочный кисель. Сахар, мед, джемы и варенья из сладких ягод и фруктов, пастила, зефир. Исключаются: ягоды и фрукты в сыром виде, кислые и неспелые, шоколад, халва, непротертые сухофрукты. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочные, сметанные, яично-масляные соусы. Укроп мелконарезанный в супы; ванилин. Исключаются: прочие соусы и пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай с молоком или со сливками, слабое какао на молоке, сладкие фруктово- ягодные соки, отвар шиповника, пшеничных отрубей. Исключаются: квас, кофе, газированные напитки, соки кислых ягод и фруктов. Диета № 2 Показания к применению: хронические гастриты с пониженной желудочной секрецией вне фазы обострения; хронические энтероколиты вне фазы обострения; нарушение функции жевательного аппарата; период выздоровления после острых инфекций и операций. Целевое назначение. Стимуляция секреции и нормализация двигательной функции желудка и кишок, уменьшение бродильных процессов в кишках. Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности и химическому составу диета с умеренным механическим и термическим щажением при сохранении химических раздражителей. Энергетическая ценность - 12142 кДж (2900 ккал). Химический состав: белков - 100 г (60 % животные), жиров - 100 г (20-25 % растительные), углеводов - 400 г; натрия хлорида - 12 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Варка, тушение, запекание и ограниченно жарение без образования грубой корки (не допускается панировка); измельчение и пюрирование пищи. Режим питания. Дробный прием пищи 4-5 раз в день в теплом виде (40-50 °С). Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный выпечки предыдущего дня или подсушенный; несдобные булочные изделия, сухари, печенье, сухой бисквит. Исключаются: грубый ржаной хлеб, изделия из свежего сдобного и слоеного теста, оладьи, блины. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирная говядина в рубленом виде - котлеты, биточки слегка обжаренные. Телятина, кролик, курица,

	индейка отварные, тушеные, паровые, запеченные, жареные. Обжаривают без панировки. Язык отварной, мясо заливное, студень говяжий, паштет из мяса и печени, постная ветчина, колбасы: докторская и диетическая, сосиски молочные. Исключаются: жирные и жилистые сорта (баранина, свинина, гусь, утка), консервы, копчености. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная отварная, тушеная, заливная, жареная (без панировки). Исключаются: жирные виды, соленая, вяленая, копченая, рыбные консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, яичница мешанная, омлет жареный и запеченный. Исключаются: сваренные вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко в составе различных блюд, с чаем и другими напитками. Кефир, простокваша, ацидофилин, свежий некислый протертый творог в натуральном виде и в блюдах, некислая сметана в блюдах, сыр неострый протертый. Исключаются: цельное молоко и сливки, мороженое. 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное, топленое, растительные рафинированные масла. Исключаются: все другие и сало. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: протертые или разваренные каши. Вермишель и лапша отварные. Пудинги запеченные, зразы, котлеты из вермишели и круп. Исключаются: гречневая (ядрица), перловая, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: морковь, свекла - отварные, запеченные, тушеные. Картофель в ограниченном количестве в виде пюре, зраз, котлет (слегка обжаренные). Цветная капуста в отварном виде с маслом. Кабачки и тыква тушеные. Помидоры спелые свежие, сырые. Исключаются: богатые грубой растительной клетчаткой или эфирными маслами (огурцы, репа, редис, редька, перец и др.), маринованные грибы. 9. Супы. Рекомендуются: на мясных и рыбных бульонах, овощных и грибных наварах, картофельные, с протертыми крупами, мелконарубленными или протертыми овощами, вермишелью, фрикадельками. Исключаются: молочные, гороховый, фасолевый, чечевичный, окрошка. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые сырые фрукты и ягоды в виде пюре и мягких сортов без кожицы непротертые, протертые компоты, кисели, желе, муссы из свежих ягод и фруктов. Компоты из протертых сухофруктов. Яблоки печеные. Сахар, мед, варенье, пастила, зефир, мармелад. Исключаются: твердые фрукты, ягоды с грубыми зернами (красная смородина, малина) и грубой кожицей (крыжовник), инжир, финики, халва. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: соусы на мясных и рыбных бульонах, грибных и овощных отварах, сметанный, белый с лимоном. Лимонная кислота, корица, гвоздика, лавровый лист, ванилин (в небольшом количестве). Исключаются: жирные и острые соусы, перец, горчица, хрен. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао на воде с молоком, отвар шиповника; соки фруктовые, ягодные, овощные, квашеной капусты. Исключаются: газированные, виноградный сок. Диета № 3 Показания к применению: алиментарный, привычный запор и некоторые болезни прямой кишки (трещины, геморрой), при отсутствии других заболеваний органов пищеварения. Целевое назначение. Стимуляция двигательной функции кишок путем включения в рацион

	механических, термических и химических раздражителей. Общая характеристика. Полноценный по энергетической ценности и химическому составу рацион; включение продуктов, богатых грубой растительной клетчаткой и стимулирующих перистальтику кишок. Энергетическая ценность - 12142-15072 кДж - (2900-3600 ккал). Химический состав: белков - 100-120 г (50-60 % животные), жиров - 100-120 г (20-30% растительные), углеводов - 400- 500 г; натрия хлорида - 12-15 г; свободную жидкость не ограничивают. Кулинарная обработка разнообразная без ограничений. Режим питания. Прием пищи 4 раза в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб ржаной, пшеничный из муки грубого помола, «докторский», «Здоровье», «барвихинский». 2. Мясо и птица. Рекомендуются: различные, лучше жилистые, куском; птица с кожей; блюда из субпродуктов, студень, колбасы, сосиски, сардельки, ветчина. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная различного приготовления, сельдь, копченая, шпроты, сардины в масле, рыбья икра. 4. Яйца. Рекомендуются: сваренные вкрутую, яичница. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: однодневные молочнокислые напитки, сливки, сметана, творог, сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное, топленое, растительные масла, сало. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: перловая, гречневая (ядрица), пшено, ячневая в виде рассыпчатых каш, бобовые. Исключаются: рис, геркулес, манная, макаронные изделия, саго. 8. Овощи. Рекомендуются: любые, особенно свекла, капуста, редька, огурцы, морская капуста в виде икры, салатов, винегретов с растительным маслом, в консервированном виде. 9. Супы. Рекомендуются: овощные, фруктовые, из бобовых, свекольник, окрошка, борщ, щи, преимущественно в прохладном виде. Исключаются: слизистые супы. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: фрукты и ягоды в сыром виде (кроме исключаемых), сухофрукты (особенно чернослив), компоты, желе, яблоки печеные, мороженое, варенье, мед, сиропы. Исключаются: черника, айва, гранат, кизил, брусника, груши, кисели, шоколад. 11. Соусы и пряности. Различные. 12. Напитки. Рекомендуются: овощные и фруктовые соки (особенно свекольный, морковный, абрикосовый), квас, некрепкие чай и кофе, газированные напитки в холодном виде. Диета № 4 Показания к применению: хронические колиты и энтероколиты в фазе обострения; острые гастроэнтероколиты в начале заболевания (после голодных дней); дизентерия, брюшной тиф, туберкулез кишок (в течение первых 5-7 дней). Целевое назначение: максимальное механическое, химическое и термическое щажение кишок; создание условий для ликвидации воспалительного процесса и восстановления нарушенных функций; уменьшение бродильных и гнилостных процессов в кишках. Общая характеристика. Снижение энергетической ценности в основном за счет углеводов и жиров; количество белков соответствует физиологической норме; сниженное содержание натрия хлорида. Исключаются механические, химические и термические раздражители; продукты, способствующие бродильным и

	гнилостным процессам в кишках, трудноперевариваемая пища, сильные стимуляторы желчеотделения, секреторной функции желудка и поджелудочной железы, а также вещества, раздражающие печень. Энергетическая ценность - 8583 кДж (2050 ккал). Химический состав: белков - 100 г (60-70% животные), жиров - 70 г (40-50 г сливочного масла), углеводов - 250 г (30-50 г сахара); натрия хлорида - 8-10 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пищу варят, готовят на пару и используют в жидком, пюрированном и протертом виде. Режим питания. Дробный прием пищи в теплом виде до 3-6 раз в сутки при соблюдении постельного режима. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный из муки высшего сорта, выпечки предыдущего дня (ограниченно); сухари из пшеничного хлеба; несдобное печенье. Исключаются: ржаной и свежий хлеб; изделия из сдобного теста, блины, оладьи. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта говядины, телятины, кур, индеек, протертые и рубленые, сваренные в воде или на пару с добавленном в фарш риса вместо хлеба; фарш пропускают 2-3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Цыпленок отварной. Заливное из протертого мяса. Исключаются: жирные сорта: баранина, свинина, гусь, утка, тушеное и жареное куском, колбасы, ветчина, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются - нежирная (судак, окунь и др.) куском, рубленая и протертая, сваренная на воде или на пару, заливная, икра зернистая малосольная. Исключаются: жирные виды, копченая, маринованная, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, паровой омлет, в блюда (одно в день). Исключаются: сырые, жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: ацидофильное молоко и паста, творог кальцинированный протертый. Исключаются: цельное молоко, сливки, сметана, однодневный кефир, сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное масло в натуральном виде и в готовые блюда. Исключаются: другие жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: рисовая, манная, геркулесовая, протертая гречневая в виде каш на воде или обезжиренном бульоне, паровых пудингов, вермишель отварная. Исключаются: перловая, пшено, ячневая, рассыпчатые каши, макаронные запеканки, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: в виде отваров (добавляются в суп). Исключаются: все виды. 9. Супы. Рекомендуются: на нежирном некрепком мясном, курином или рыбном бульоне, с рисом, манной крупой, вермишелью, фрикадельками. Слизистые супы на тех же бульонах со сливочным маслом. Исключаются: на крепком и жирном бульоне, молочные, с овощами, бобовые, холодные. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: яблочное пюре. Кисели и желе из соков некислых ягод и фруктов, отваров из сушенных черной смородины, черники, кизила, айвы, черемухи. Сахар в ограниченном количестве. Исключаются: свежие фрукты и ягоды, сухофрукты, компоты, мед, варенье и другие сладости. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: сливочное масло, обезжиренный бульон. Исключаются: пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: чай (особенно

	настой зеленого), кофе, какао на воде. Соки некислых ягод и фруктов, разведенные водой. Отвары из сушеных черной смородины, черники, черемухи, кизила, айвы, шиповника. Исключаются: кофе и какао с молоком, квас, виноградный сок, газированные и холодные напитки. Диета № 4б Показания к применению: хронические колиты и энтероколиты в фазе нерезкого обострения (после диеты № 4); острый энтероколит в фазе улучшения; в случаях сочетания этих заболеваний с поражением желудка, поджелудочной железы, печени и желчевыводящих путей. Целевое назначение. Умеренное механическое и химическое щажение кишок. Создание условий для уменьшения воспалительного процесса, ограничения бродильных и гнилостных процессов в кишках, нормализации нарушенного функционального состояния кишок и других органов системы пищеварения. Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности и химическому составу с небольшим ограничением количества соли. Умеренно ограничиваются механические, химические и термические раздражители слизистой оболочки и рецепторного аппарата пищевого канала; продукты и блюда, способствующие бродильным и гнилостным процессам в кишках, резко стимулирующие желчеотделение, секреторную функцию желудка, поджелудочной железы и раздражающие печень, трудноперевариваемая пища. Энергетическая ценность - 12142-15072 кДж (2900-3600 ккал). Химический состав: белков - 100-120 г (60-65 % - животные), жиров - 100-120 г (с преобладанием сливочного масла), углеводов - 400-500 г (50-70 г сахара); натрия хлорида - 10 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пищу варят, готовят на пару, запекают без грубой корки, используют в измельченном или протертом виде. Режим питания. Дробный прием пищи до 5-6 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный, вчерашней выпечки, сухой бисквит, сухое печенье 1-2 раза в неделю; при переносимости ограниченно хорошо выпеченные несдобные булочки или пироги с творогом, вареным мясом и яйцом, яблоками. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирная говядина, курица, индейка (без кожи) в рубленом и протертом виде (котлеты, фрикадельки, кнели, суфле и др.), паровые, запеченные, слегка обжаренные без панировки. Телятина, кролик, цыплята, язык куском - отварные и тушеные. Исключаются: жирные сорта мяса, утка, гусь, колбасы, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная, куском, отварная, заливная, рубленая (котлеты слегка обжаренные без панировки, рулет и пудинги запеченные). Икра зернистая кетовая и черная. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, маринованная, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, запеченные и паровые омлеты, в блюда (до двух в день). Исключаются: сырые, жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко, сливки, сметана некислая в небольшом количестве, только в блюдах (при хорошей переносимости), молочнокислые напитки с кислотностью не выше 90 % по Тернеру (кефир, ацидофильное молоко, ряженка и др.), творог свежеприготовленный,

	паста творожная, пудинг творожный паровой или запеченный; сыр неострый (ярославский, советский, угличский, российский и др.). Исключаются: молоко, сливки, сметана в натуральном виде, молочнокислые продукты (кефир, творог и др.) с повышенной кислотностью, острый сыр. 6. Жиры. Рекомендуется: сливочное масло в натуральном виде и в блюда. Исключаются другие жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: рис, геркулес, овсяная, гречневая (продел) в виде каш на воде с добавлением 1/2-1/3 молока, пудингов, запеканок с творогом. Вермишель и лапша отварные. Исключаются: перловая, гречневая (ядрица), пшено, манная, макароны, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: морковь, цветная капуста, кабачки, тыква, картофель (ограниченно) вареные и протертые, суфле из протертых овощей, спелые сырые помидоры (до 100-150 г). Исключаются: редька, редис, капуста, свекла, репа, брюква, огурцы, щавель, шпинат, лук, грибы. 9. Супы. Рекомендуются: на слабом обезжиренном мясном или рыбном бульоне, овощном отваре с хорошо разваренными крупами, вермишелью, лапшой, мелко нашинкованными овощами, фрикаделями. Исключаются: молочные, из бобовых, рассольник, борщ, щи, окрошка, свекольник. 10. Соусы и пряности. Рекомендуются: на овощном отваре и мясном бульоне, сметанный, бешамель, фруктовый. Укроп, петрушка, лавровый лист, корица, ванилин. Запрещаются: соусы острые и жирные, перец, хрен, горчица. 11. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые ягоды и фрукты сладких сортов (клубника, яблоки, груши, мандарины) в сыром виде в небольшом количестве при переносимости. Яблоки свежие протертые или печеные. Кисели, желе, муссы, протертые компоты из некислых ягод и фруктов. Снежки и меренги. Мармелад, зефир, пастила. Джемы и варенья из сладких сортов ягод и фруктов. Сахар в небольшом количестве. Исключаются: виноград, абрикосы, персики, сливы, дыня, арбуз, ягоды с грубыми зернами, сухофрукты, мед, мороженое, кремовые изделия. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, отвар шиповника, соки некислых ягод и фруктов, разбавленные водой. Исключаются: виноградный сок, газированные и холодные напитки. Диета № 4в Показания к применению: острые колиты и энтероколиты в стадии выздоровлений (после диеты № 4б, как переходная к рациональному питанию); хронические энтероколиты в период ремиссии, а также при сочетании этих заболеваний с поражением других органов системы пищеварения; острые и хронические инфекционные заболевания с незначительным нарушением функций кишок. Целевое назначение. Обеспечение полноценного питания, незначительное щажение кишок, создание условий для восстановления нарушенных функций органов пищеварения и поддержания состояния компенсации. Общая характеристика. Полноценный по энергетической ценности и химическому составу рацион с небольшим ограничением механических и умеренным ограничением химических раздражителей слизистой оболочки и рецепторного аппарата пищевого канала, исключением продуктов и блюд, усиливающих бродильные и гнилостные процессы в кишках, сильных

	стимуляторов желчеотделения, секреторной функции желудка и поджелудочной железы, а также раздражающих печень. Энергетическая ценность - 12142-15072 кДж (2900-3600 ккал). Химический состав: белков - 100-120 г (60 % животные), жиров - 100-120 г (15-20% растительные), углеводов - 400-500 г; натрия хлорида - 12 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пищу варят, запекают, тушат, без грубой корки, используют в преимущественно в неизмельченном виде. Ограничивают жареную пищу (особенно с панировкой). Режим питания. Прием пищи 5 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный, вчерашней выпечки, сухой бисквит, сухое печенье; сухари сладкие (1-2 раза в неделю в небольшом количестве), несдобные булочки или пироги с творогом, вареным мясом и яйцом, яблоками, ватрушки с творогом. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирная, нежилистая говядина, телятина, кролик, курица, индейка (без кожи), варенные, тушенные, запеченные, изредка жаренные (без панировки) в рубленом виде или реже куском. Колбаса диетическая, докторская, молочная, сосиски. Исключаются: жирные сорта мяса, утка, гусь, колбасы, кроме разрешенных, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды, отварная, заливная, паровая, иногда жаренная (без панировки), в рубленом виде или куском. Сельдь вымоченная рубленная ограничено. Икра. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, маринованная, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, запеченные и паровые омлеты, в блюда (до двух в день). Исключаются: сырые, жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко в блюдах, сметана некислая в небольшом количестве, только в блюдах, молочнокислые напитки (ацидофилин, кефир, ряженка) при хорошей переносимости, творог некислый, кальцинированный натуральный, в виде творожной пасты, паровых и запеченных пудингов, сыр неострый. Исключаются: молоко, острый и соленый сыр. 6. Жиры. Рекомендуется: сливочное масло в натуральном виде и в блюда до 15 г на прием, топленое (для обжаривания), рафинированные растительные масла. Исключаются другие жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: все крупы и макаронные изделия, каши на воде или на воде пополам с молоком, на мясном бульоне, пудинги, крупеники, плов, зразы, котлеты (без панировки). Исключаются: бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: картофель в небольшом количестве, свекла, (при переносимости), морковь, цветная капуста, кабачки, тыква, отварные, паровые, запеченные, в виде пюре, спелые сырые помидоры. Исключаются: редька, редис, капуста, свекла, репа, брюква, огурцы, щавель, шпинат, лук, грибы. 9. Супы. Рекомендуются: на мясном или рыбном бульоне, овощном отваре с мелко-нашинкованными овощами (крупами, вермишелью). Исключаются: крепкие и жирные бульоны, молочные, рассольник, окрошка. 10. Соусы и пряности. Рекомендуются: на овощном отваре и мясном бульоне, сметанный, бешамель, фруктовый. Укроп, петрушка, лавровый лист, корица, ванилин. Запрещаются: соусы острые и

	жирные, перец, хрен, горчица. 11. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые ягоды и фрукты в сыром виде. Яблоки печеные. Компоты, кисели, желе, муссы, суфле, варенье, джемы из спелых ягод и фруктов, компоты из сухофруктов. Мармелад, зефир, пастила, ирис, сливочные помадки. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао на воде с молоком, отвар шиповника, соки некислых ягод и фруктов, томатный. Исключаются: виноградный сок, газированные и квас. Диета № 5 Показания к применению: острые гепатиты и холециститы в фазе выздоровления, хронические гепатиты, циррозы печени, воспалительных поражений желчных путей (холециститы, холангиогепатит и т.д.) вне обострения; заболевания, сопровождающиеся нарушением функций печени и желчных путей. Во всех случаях без сопутствующих заболеваний желудка и кишок. Целевое назначение. Способствовать нормализации нарушенных функций печени и желчных путей, регулированию холестеринового и жирового обменов, накоплению гликогена в печени, стимулировать желчеотделение и двигательную функцию кишок. Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности диета с достаточным содержанием белков, жиров и углеводов, исключением продуктов, богатых пуринами, азотистыми экстрактивными веществами, холестерином, щавелевой кислоты, щавелевой кислотой, эфирными маслами, продуктов окисления жира (акролеины, альдегиды), образующихся в процессе жарения. Увеличено содержание липотропных веществ (холин, метионин, лецитин) и содержит значительное количество клетчатки и жидкости. Энергетическая ценность - 10467-12142 кДж (2500-2900 ккал). Химический состав: белков - 90-100 г (60 % животные), жиров - 80-100 г (30% растительные), углеводов - 350-400 г (70-90 г сахара), хлорида натрия - 10 г; свободной жидкости - 1,8-2,5 л. Кулинарная обработка. Не разрешается жарение, не требуется измельчение пищи. Режим питания. Пища принимается 5 раз в день в теплом виде. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный и ржаной вчерашней выпечки или подсушенный. Несдобное печенье. Исключаются: свежий хлеб, изделия из сдобного теста, торты с кремом, в жареном виде. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирная, нежилистая говядина, кролик, индейка, курица (кожу удаляют) отварные, запеченные с предварительным отвариванием, куском или рубленные, нежирная ветчина, докторская и диетические колбасы. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, дичь, мозги, печень, почки, консервы, копчености, жареные блюда. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды, куском, отварная, запеченная с предварительным отариванием, заливная (на овощном отваре), фаршированная. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, консервы, икра зернистая (осетровая, кеты, севрюжья). 4. Яйца. Рекомендуются: омлет белковый запеченный, не более 1 желтка в день в блюда. Исключаются: вкрутую, жареные. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко, кефир, простокваша, сметана как приправа к блюдам, некислый творог и блюда из него (пудинг, запеканка, ленивые

	вареники, неострый сыр). Исключаются: сливки, творог с повышенной кислотностью. 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное в натуральном виде и масла растительные: подсолнечное, оливковое, кукурузное. Исключаются: топленое масло, пережаренные жиры, свиное, говяжье, баранье сало, маргарин, кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: крупы в полном ассортименте (особенно овсяная и гречневая) в виде каш, запеченных пудингов с добавлением творога, моркови, сушеных фруктов, плова с овощами или фруктами. Вермишель и лапша отварные. Исключаются: бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: в сыром, отварном, тушеном и запеченном виде, лук после отваривания, некислая квашеная капуста. Исключаются: редис, редька, щавель, шпинат, репа, чеснок, грибы, маринованные овощи. 9. Супы. Рекомендуются: молочные, на овощном отваре с крупами, вермишелью, лапшой, фруктовые, борщ и вегетарианские щи. Муку и овощи для заправки не поджаривают. Исключаются: на мясном и рыбном бульоне, грибном наваре, зеленые щи, окрошка. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: фрукты и ягоды некислых сортов, компоты, кисели, желе, муссы из них, снежки, меренги, сахар, мед, варенье, конфеты нешоколадные, мармелад, пастила. Исключаются: кислые сорта плодов, шоколад, мороженое, кремовые изделия. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочные, сметанные, овощные, фруктово- ягодные подливки. Муку для соуса не поджаривают. Петрушка, укроп, корица, ванилин. Исключаются: острые, на мясном и рыбном бульоне, грибном наваре, перец, горчица, хрен. 12. Напитки. Рекомендуются: чай с лимоном, кофе с молоком, овощные, фруктовые и ягодные соки, отвар шиповника. Исключаются: кофе, какао, холодные напитки. Диета № 5а Показания к применению: острые гепатиты и холециститы в начальной стадии заболевания; обострение хронических гепатитов, воспалительных поражений желчных путей (холециститы, ангиохолиты и т.д.); после операций на желчных путях; заболевания печени и желчных путей (гепатиты, циррозы, холециститы и др.) в сочетании с выраженными воспалительными процессами в желудке и кишках либо язвенной болезнью желудка или двенадцатиперстной кишки. Целевое назначение. Способствовать восстановлению нарушенных функций печени и желчных путей, накоплению гликогена в печени, стимулировать желчеотделение с одновременным механическим и химическим щажением желудка и кишок. Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности диета с достаточным содержанием белков и углеводов, с ограничением жиров, в первую очередь тугоплавких, натрия хлорида, исключением продуктов, богатых пуринами, азотистыми экстрактивными веществами, холестерином, щавелевой кислоты, грубой клетчаткой, жирных блюд. Увеличено содержание липотропных веществ (холин, метионин, лецитин), витаминов и жидкости. Энергетическая ценность - 9839-11514 кДж (2350-2750 ккал). Химический состав: белков - 80-100 г (60 % животные), жиров - 70-80 г (20-25% растительные), углеводов - 350-400 г (80-90 г сахара), хлорида натрия - 8 г;

	свободной жидкости - 2-2,5 л. Кулинарная обработка. Разрешается отваривание, пища употребляется в жидком и протертом виде. Режим питания. Пища принимается 5 раз в день в теплом виде. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный вчерашней выпечки или подсушенный. Несдобное печенье. Исключаются: ржаной и свежий хлеб, изделия из сдобного и слоеного теста. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирная, нежилистая говядина, кролик, индейка, курица (кожу удаляют) в виде изделий из котлетной массы, отварные и паровые (пюре, суфле, кнели и др.). Цыпленок отварной, очищенный от кожи допускается изредка в небольшом количестве. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, дичь, печень, мозги, почки, жареное и тушеное мясо куском, копчености, колбасы, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды, отварная и паровая, изделия из котлетной массы, пюре, суфле из вареного продукта, заливная на вегетарианском отваре. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, тушеная, жареная, консервы, икра. 4. Яйца. Рекомендуются: омлет белковый паровой, 0,5 - 1 желток в день в блюда. Исключаются: в виде других блюд. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко (при переносимости), молочнокислые напитки, сметана в ограниченном количестве в основном в блюда, некислый обезжиренный творог и блюда из него протертые, паровые, сыр неострый, тертый. Исключаются: молоко в натуральном виде при сопутствующем энтероколите, творог жирный, и повышенной кислотности, сливки, острый сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное и масла растительные рафинированные в небольшом количестве в натуральном виде и в блюда. Исключаются: другие жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: каши на молоке пополам с водой (манная, хорошо разваренная рисовая, протертые геркулесовая и гречневая, из рисовой и гречневой муки). Суфле манное, рисовое, гречневое. Отварная вермишель. Исключаются: пшено, ячневая и перловая крупы, рассыпчатые каши, макароны, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: отварные, паровые и сырые в протертом виде (пюре, суфле и др.). Тыква и кабачки отварные или тушеные кусочками. Исключаются: редис, репа, редька, капуста, щавель, шпинат, чеснок, лук, квашеные, соленые и маринованные овощи, грибы. 9. Супы. Рекомендуются: молочные пополам с водой, вегетарианские с протертыми овощами и крупами, супы-пюре и кремы. Заправляются сливочным маслом или сметаной. Исключаются: мясные, рыбные, грибные бульоны, из непротертых овощей и круп. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые сладкие фрукты и ягоды сырые непротертые, запеченные, вареные, кисели, желе, муссы, зефир, пастила, мед, сахар, варенье. Исключаются: кислые, твердые фрукты, ягоды с жесткими зернами (клюква и др.), шоколад, халва, кремовые изделия, мороженое. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: на овощном отваре или слизи из круп, молочный, фруктово-ягодные. Муку не поджаривают. Исключаются: все пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: чай с лимоном, молоком,

	кофе-суррогат с молоком, отвар шиповника, томатный сок, сладкие фруктовые и ягодные соки. Исключаются: натуральный кофе, какао, холодные и газированные. Диета № 5п Целевое назначение. Способствовать торможению внешнесекреторной функции поджелудочной железы, синтезу белка, необходимого для построения панкреатических ферментов и их ингибиторов, химическому и механическому щажению пищевого канала, предупреждению жировой инфильтрации и дистрофии поджелудочной железы и печени, снижению рефлекторной возбудимости желчного пузыря. Вариант 1. Показания к применению: острый панкреатит (с 3-4-го дня) и обострение хронического панкреатита (в начале лечения). Общая характеристика. Диета с пониженной энергетической ценностью, нормальным содержанием белка, значительным ограничением жиров и углеводов, механически и химически щадящая за счет исключения продуктов, богатых экстрактивными веществами, стимулирующий секрецию пищеварительных желез и содержащих грубую клетчатку. Энергетическая ценность - 6280-7118 кДж (1500-1700 ккал). Химический состав: белков - 80 г (30-35 % животного происхождения), жиров - 40-60 г (25% растительные), углеводов - 200 г (25 г сахара), натрия хлорида - 8-10 г; свободной жидкости - 8-10 г. Кулинарная обработка. Пищу готовят в вареном и паровом виде жидкой и полужидкой консистенции. Режим питания. Дробный прием пищи 5-6 раз в сутки. Рекомендуемые и исключаемые продукты 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: сухари из пшеничного хлеба (50 г в сутки). Исключаются: прочие мучные изделия. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирное, нежилистое, говядина, кролик, курица, индейка в отварном или паровом виде, протертые (суфле и т.п.). Исключаются: жирные сорта, баранина, свинина, гусь, утка, печень, мозги, почки в жареном и тушеном виде, копчености, колбасы, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная в виде суфле, кнелей. Исключаются: жирные виды, жареная, тушеная, копченая, соленая, консервы, икра. 4. Яйца. Рекомендуются: омлет белковый паровой из 1-2 яиц в день, желток до 1/2 в день в блюда. Исключаются: в виде других блюд. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко в блюдах, творог некислый свежеприготовленный в виде пасты, паровые пудинги. Исключаются: молоко в натуральном виде, сливки, молочнокислые напитки, сметана, творог жирный и с повышенной кислотностью, сыр жирный и соленый. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное масло несоленое и растительные рафинированные масла в готовые блюда. Исключаются: прочие жиры, жарение на них. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: каши протертые, полувязкие (гречневая, геркулесовая и др.), суфле, пудинги. Исключаются: пшено, ячневая, рассыпчатые каши, макаронные изделия, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: картофель, морковь, кабачки, цветная капуста в виде пюре и паровых пудингов. Исключаются: белокочанная капуста, редька, репа, редис, брюква, шпинат, щавель, чеснок, лук. 9. Супы. Рекомендуются: слизистые из круп (овсяная, перловая, рисовая, манная), суп-крем из вываренного мяса. Исключаются:

	на мясном и рыбном бульоне, отваре грибов и овощей, молочные, щи, борщ, окрошка, свекольник. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: протертые компоты, кисели, мусс, желе (на ксилите или сорбите). Исключаются: все прочие. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: фруктово-ягодные подливки полусладкие. Исключаются: прочие соусы, пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, отвар шиповника. Исключаются: другие напитки, включая овощные и фруктовые соки. Вариант 2. Показания к применению: хронический панкреатит в фазе затихающего обострения (с 5-7-го дня после варианта 1 диеты № 5п) и ремиссии (в течение 2-4 мес.). Общая характеристика. Умеренная по энергетической ценности диета с повышенным содержанием белка, липотропных веществ и витаминов, ограничением количества углеводов (в первую очередь легкоусвояемых) и жиров (в основном тугоплавких), холестерина, эфирных масел, грубой клетчатки, натрия хлорида, экстрактивных веществ, пуринов. Исключаются жареные блюда и продукты, способствующие бродильным процессам в кишках и метеоризму. Энергетическая ценность - 10258-11304 кДж (2450-2700 ккал). Химический состав: белков - 130-140 г (60-70 % животного происхождения), жиров - 80 г (15-20% растительные) углеводов - 300-350 (30-40 г сахара); натрия хлорида - 10 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Пищу готовят в вареном, паровом и измельченном виде. Режим питания. Дробное питание 5-6 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда аналогичны диете № 5а за исключением того, что ограничиваются легкоусвояемые углеводы (мед, сахар, варенье, кондитерские изделия и др.); вместо сахара частично используется ксилит (30-40 г). Диета № 6 Показания к применению: подагра, мочекаменная болезнь с образованием камней из солей мочевой кислоты (уратурия) или щавелевой кислоты (оксалурия); другие заболевания, при которых показано ограничение мяса и рыбы. Целевое назначение. Способствовать уменьшению эндогенного образования мочевой кислоты, выведению ее из организма/6 нормализации пуринового обмена; ограничить поступление г пищей щавелевой кислоты. Общая характеристика. Полноценная по энергетической ценности диета с нормальным содержанием углеводов, ограничением белков, жиров и натрия хлорида. Исключаются продукты, богатые пуринами, щавелевой кислотой. Увеличено содержание ощелачивающих продуктов (молочные, овощи, плоды) и жидкости. Энергетическая ценность - 10886-12351 кДж (2600-2950 ккал). Химический состав: белков - 70-80 г (в основном молочные), жиров - 80-90 г (25% растительные), углеводов - 400-450 г; натрия хлорида - 8-10 г; свободной жидкости - 2-2,5 л. Кулинарная обработка. Мясо и рыбу рекомендуется готовить в отварном виде, после чего допускается поджаривание. В остальном кулинарная обработка обычная. Режим питания. Пища принимается 4-5 раз в сутки, в промежутках - питье. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: из пшеничной и ржаной муки, различные виды. Исключаются: изделия из

	сдобного и слоеного теста. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта, отварные или запеченные после предварительного отваривания ограниченно (2-3 раза в неделю). Исключаются: жирные сорта, мясо молодых животных и птиц, печень, почки, мозги, язык, в жареном и тушеном виде, колбасы, консервы, копчености. 3. Рыба. Рекомендуется: нежирная отварная ограниченно (2-3 раза в неделю). Исключаются: жирные виды, соленая, копченая, консервы, икра. 4. Яйца. Рекомендуются: одно в день, кулинарная обработка без ограничений. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко, молочнокислые напитки, сметана, творог, сыр в натуральном виде и для приготовления блюд. Исключаются: соленые и острые сыры, творог с повышенной кислотностью. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное, топленое, растительные масла. Исключаются: бараний, свиной, говяжий, кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: крупы и макаронные изделия, весь ассортимент в ограниченном количестве, разнообразного приготовления. Исключаются: бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: сырые и в виде разнообразных блюд. Исключаются: щавель, шпинат, ревень, грибы соленые, маринованные. 9. Супы. Рекомендуются: молочные, вегетарианские (борщ, щи, овощные с добавлением круп), холодные (свекольник, окрошка). 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: фрукты и ягоды некислых сортов, свежие и в любой кулинарной обработке, кисели, молочные кремы, сахар, мед, варенье, мармелад, пастила, меренги. Исключаются: малина, инжир, шоколад. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочный, сметанный, томатный, на овощном отваре, ванилин, корица, лимонная кислота. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкие чай и кофе с молоком, отвар шиповника, фруктово-ягодные соки. Исключаются: крепкие чай и кофе, какао. Диета № 7а Показания к применению: острый гломерулонефрит с тяжелым течением (после разгрузочных дней) и средней тяжести (с начала заболевания); хронический гломерулонефрит с выраженной почечной недостаточностью. Целевое назначение. Максимальное щажение функции почек, разгрузка белкового обмена, увеличение диуреза и ликвидация отеков, улучшение выведения азотистых шлаков и недоокисленных продуктов обмена из организма, создание благоприятных условий для кровообращения и уменьшение артериальной гипертензии. Общая характеристика. Снижение энергетической ценности рациона за счет резкого ограничения белков и умеренного - жиров и углеводов. Диета обогащается витаминами. Ограничивается свободная жидкость. Исключаются натрия хлорид и продукты, раздражающие почки, возбуждающие сердечнососудистую и центральную нервную системы (богатые экстрактивными веществами, эфирными маслами, щавелевой кислотой). Энергетическая ценность - 9211 кДж (2200 ккал). Химический состав: белков - 20 г, жиров - до 80 г (20-25% растительные), углеводов - 350 г, натрия хлорида - 1,5-2 г (ограничивается содержанием в продуктах с использованием бессолевого хлеба); количество свободной жидкости должно равняться или слегка превышать объем мочи больного

	(на 200-300 мл) за предыдущие сутки. Кулинарная обработка. Все блюда готовятся без соли; используются отваривание, запекание, легкое обжаривание. Режим питания. Пища принимается 5-6 раз в день с соблюдением постельного режима. Диета назначается на 5-7 дней. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб бессолевой, оладьи и блинчики на дрожжах без соли. Исключаются: хлеб обычной выпечки, кондитерские изделия, мучные изделия с добавлением натрия гидрокарбоната (соды). 2. Мясо и птица: исключаются. 3. Рыба: исключается. 4. Яйца. Желтки ограниченно в блюда. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко цельное, сливки, простокваша, сметана. Исключаются: творог, сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное, топленое, растительные масла. Исключаются: свиной, бараний, говяжий, маргарин, кулинарные. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: крупы и макаронные изделия без ограничения ассортимента и способов кулинарной обработки. Исключаются: бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: свежие, в виде различных блюд. Лук вываренный и обжаренный в блюда. Петрушка, укроп. Исключаются: квашеные, соленые, маринованные, шпинат, щавель, редис, редька, грибы. 9. Супы. Рекомендуются: крупяные, овощные, фруктовые, заправляются сметаной, пассированным луком, зеленью. Исключаются: молочные, из бобовых, мясные, рыбные и грибные бульоны. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: любые фрукты и ягоды; сырые, печеные, сушеные, компоты, кисели, желе, сахар, мед, варенье, нешоколадные конфеты. Исключаются: молочный крем, шоколад, мороженое. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочный и томатный соус, овощные и фруктовые подливки. Лимонная кислота, ванилин, корица. Исключаются: из мясных, рыбных и грибных отваров, перец, хрен, горчица. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, отвар шиповника, фруктовые, ягодные и томатный соки. Исключаются: кофе, какао, минеральные воды. У больных с выраженной недостаточностью почек рекомендуется вариант этой диеты, в которой преобладает 75 % белка животного происхождения. В этом варианте диеты № 7а, в отличие от приведенного выше, вместо хлеба обычной выпечки используется безбелковый хлеб из маисового крахмала и пшеничных отрубей, рекомендуются мясо и птица (нежирные говядина, телятина, кролик, курица, индейка куском или рубленые, обжаренные после предварительного отваривания), рыба (нежирные виды, куском или рубленая, вареная или обжаренная после предварительного отваривания), яйца (одно в день для приготовления блюд и в виде белкового омлета), творог, вместо обычных круп саго и специальные макаронные изделия из крахмала злаковых культур и набухающего амилопектинового крахмала. Диета № 7б Показания к применению: острый гломерулонефрит и обострение хронического гломерулонефрита (после пребывания на диете № 7а). Целевое назначение. Щажение функции почек, противовоспалительное влияние, увеличение диуреза, улучшение выведения азотистых шлаков и недоокисленных продуктов обмена из организма,

	уменьшение артериальной гипертензии и создание благоприятных условий для кровообращения. Общая характеристика. Умеренное ограничение белков, значительное снижение содержания жидкости. Натрия хлорид в пищу не кладут, при показаниях выдают по назначению врача на руки до 2 г. в сутки для подсаливания отдельных блюд по вкусу больного. Энергетическая ценность -* 11304-12560 кДж (2700-3000 ккал). Химический состав: белков - 40 г, жиров - 80-90 г (20-25 % растительные); углеводов - 450-500 г, натрия хлорида - 2-3 г (в продуктах); свободной жидкости - в количестве, равном или немного превышающем (на 200-300 мл) объем мочи больного за предыдущие сутки. Кулинарная обработка аналогична диете № 7а. Режим питания. Пища принимается 5-6 раз в день. Перечень рекомендуемых и исключаемых продуктов и блюд отличается от диеты № 7а включением ежедневно отварного мяса или отварной рыбы (50 г) и 200 мл молока либо кефира или 1 яйца либо 100 г творога. Диета № 7 Показания к применению: хронический гломерулонефрит (в период затихания процесса), острый гломерулонефрит (на стадии выздоровления), нефропатия беременных, другие заболевания, при которых показана малосолевая диета. Целевое назначение. Умеренное щажение функции почек, уменьшение артериального давления и отеков и улучшение выведения азотистых шлаков и недоокисленных продуктов обмена из организма. Общая характеристика. Ограничиваются незначительно белок, натрия хлорид, свободная жидкость, вещества, раздражающие почки, возбуждающие сердечно-сосудистую и центральную нервную системы, мясные, молочные и грибные бульоны, продукты, богатые эфирными маслами и щавелевой кислотой. Энергетическая ценность - 11514-13188 кДж (2750-3150 ккал). Химический состав: белков - 80 г (50% животные), жиров – 90 г (20-25% растительные), углеводов - 400-500 г (100 г сахара); натрия хлорида - 5-7 г (из них 3-5 г дают на руки больному, а остальное содержится в продуктах); свободной жидкости - 0,8-1 л. Кулинарная обработка. Пища используется в вареном и измельченном виде; допускается обжаривание мяса и рыбы после предварительного отваривания. Режим питания. Пища принимается 5 раз в день. Рекомендуются: те же продукты и блюда, что в диете № 7б, с увеличением количества продуктов, богатых белком (мясо, рыба, творог, яичный белок и т.д.). Исключаются: теже продукты что в диете № 7а. Диета № 8 Показания к применению: ожирение (при отсутствии нарушений органов пищеварения). Целевое назначение. Предупреждение и устранение избыточного накопления жировой ткани в организме. Общая характеристика. Снижение энергетической ценности, главным образом за счет углеводов (особенно легкоусвояемых) и, в меньшей мере, жиров. Ограничение натрия хлорида, свободной жидкости. Умеренное содержание белков (особенно за счет животных) и клетчатки. Исключение экстрактивных веществ и вкусовых приправ. Таблица 1. Химический состав и энергетическая ценность редуцированных диет для больных ожирением Вариант диеты № 8 Белки, г Жиры, г Углеводы, г Энергетическая ценность, кДж

	(ккал) 8 (основная) 8а (умеренная редукция) 8о (максимальная редукция). 100-110 70-80 40-50 80-90 60-70 30-40 120-150 70-80 50-70 6699-7746 (1600-1850) 4605-5317 (1100-1270) 2638-3517 (630-840) Энергетическая ценность и химический состав в соответствии с вариантом диеты: 8, 8а и 8о (табл. 1). 60 % белков должны быть животными, 25-30 % жиров - растительными. Разрешается натрия хлорида - до 5-8 г (5 г выдают на руки больному для подсаливания отдельных блюд, а остальное количество содержится в натуральных продуктах); свободной жидкости - до 1-1,2 л. Кулинарная обработка. Пищу готовят в вареном, тушеном и запеченном виде. Вместо сахара используют его заменители (ксилит, сорбит и др.). Ограничивают жареные, рубленые и протертые изделия. Пищу готовят без специй и соли. Режим питания. Дробный прием пищи до 6 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: пшеничный из муки грубого помола и ржаной хлеб в ограниченном количестве, белково-пшеничный и белково-отрубный хлеб. Исключаются: изделия из пшеничной муки высшего сорта, сдобного и слоеного теста, печенье. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирное мясо (говядина, телятина, кролик) и куры в отварном, тушеном и обжаренном после предварительного отваривания виде. Заливное, говяжьи сардельки. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, мозги, ветчина, сосиски, колбасы вареные и копченые, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды в отварном, запеченном, фаршированном и заливном виде; продукты моря (паста «Океан», мидии и др.). Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, рыбные консервы, в масле, икра. 4. Яйца. Рекомендуются: вареные и в виде омлета. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко (преимущественно белковое), кефир нежирный и таллинский, простокваша, сметана - ограниченно (в основном в блюдах), творог, сыр нежирный и несоленый. Исключаются: молоко топленое, сливки, ряженка, йогурт сладкий, творог жирный, сыр соленый и жирный. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и растительные масла ограниченно. Исключаются: свиное сало, говяжий и бараний жир, кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: в ограниченном количестве гречневая и перловая в виде рассыпчатых каш. Исключаются: другие крупы, макаронные изделия, бобовые. 5. Овощи. Рекомендуются: сырые и в любом приготовлении (картофель ограниченно). Квашеная капуста в отмытом виде. Исключаются: маринованные и соленые. 9. Супы. Рекомендуются: овощные с фрикадельками, борщ, щи, окрошка, свекольник. Исключаются: картофельные, с макаронами, крупами, бобовые, молочные. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: фрукты и ягоды кисло-сладкие, желе, мусс на желатине, компоты, самбуки с использованием вместо сахара ксилита или сорбита. Исключаются: арбузы, виноград, изюм, инжир, финики, конфеты, мед, варенье, сахар, мороженое, кисели. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: томатный, белый, слабый грибной, уксус. Исключаются: острые и жирные соусы, майонез, все пряности. 12. Напитки.

	Рекомендуются: чай, кофе некрепкий, кофе с молоком без сахара. Соки ягодные, фруктовые, овощные. Исключаются: сладкие соки, какао, сладкий квас, лимонад на сахаре. Диета № 9 Показания к применению. Назначается при сахарном диабете в качестве пробной диеты, с лечебной целью - больным с нормальной или слегка избыточной массой тела, не нуждающимся в инсулине или получающим его в небольшом количестве (до 20-30 ЕД) при легкой и средней степени тяжести диабета. Диета может использоваться при аллергических состояниях и заболеваниях (ревматизм, инфекционный неспецифический полиартрит, бронхиальная астма, отек Квинке, крапивница и др.). Целевое назначение. Выяснение толерантности больного сахарным диабетом к дозированной пищевой нагрузке для подбора индивидуальной дозировки инсулина и других глюкозоснижающих препаратов, создание условий для нормализации углеводного обмена, частично жирового, водно-солевого и белкового обменов, десенсибилизации организма. Общая характеристика. Умеренное ограничение энергетической ценности в основном за счет углеводов (особенно легкоусвояемых) и в меньшей степени жиров при нормальном количестве белков. Ограничение холестерине и экстрактивных веществ. Повышение содержания липотропных веществ и витаминов. Энергетическая ценность - 9630 кДж (2300 ккал). Химический состав: белков - 100 г (60 % животные), жиров - 80 г (25-30 % растительные), углеводов - 300 г, натрия хлорида - 12 г, свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Обычная. При изготовлении сладких блюд и напитков используются заменители сахара. Режим питания. Пища употребляется до 5-6 раз в день с точным распределением углеводов (при использовании диеты в качестве пробной углеводы равномерно распределяются между приемами пищи, при применении инсулина - с учетом его дозы и времени введения). Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: ржаной, белково-пшеничный, белково- отрубный, пшеничный 2-го сорта в пределах нормы углеводов. Исключаются: сдобные и сладкие мучные изделия. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные говядина, телятина, баранина, обрезная и мясная свинина, кролик, куры рубленные и куском, отварные, тушеные и зажаренные после отваривания, студень говяжий, курица заливная. Постная ветчина, докторская, диабетическая, говяжья колбасы, сосиски. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, жирная ветчина, колбасы копченые, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная в отварном, запеченном и изредка жареном виде; заливная. Вымоченная сельдь ограниченно; консервы в томатном соусе или собственном соку. Исключаются: жирные виды, соленая, икра. 4. Яйца. Рекомендуются: до 2 в вареном и жареном виде. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко, простокваша, кефир, творог нежирный или полужирный, сыр несоленый и нежирный, сметана ограниченно. Исключаются: сладкие творожные сырки, сливки. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и растительные масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые.

	Рекомендуются: каши из ячневой, гречневой, перловой, пшенной, овсяной круп, горох, ограниченно с учетом нормы углеводов. Исключаются: манная крупа, рис, макаронные изделия. 8. Овощи. Рекомендуются: капуста, салат, тыква, кабачки, огурцы, помидоры, баклажаны. С учетом нормы углеводов картофель, морковь, свекла, зеленый горошек. Исключаются: маринованные и соленые. 9. Супы. Рекомендуются: на некрепком нежирном мясном, рыбном, грибном бульоне, с картофелем, овощами, фрикадельками, разрешенными крупами; борщ, щи, свекольник, окрошка (мясная и овощная). Исключаются: жирные бульоны, молочный с крупами и лапшой, из бобовых. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: кисло-сладкие фрукты и ягоды в любом виде. Компоты, муссы, желе, конфеты, (ореховое печенье на сорбите, ксилите, сахарине). Исключаются: виноград, изюм, финики, инжир, бананы, сахар, мед, варенье, конфеты, мороженое. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: соусы на овощном отваре, слабых и нежирных мясных, рыбных и грибных бульонах, хрен, перец, горчица (ограниченно). Исключаются: острые, соленые и жирные соусы. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао с молоком без сахара, отвар шиповника, соки несладких свежих фруктов и ягод, томатный сок. Исключаются: сладкие фруктовые и ягодные соки (виноградный и другие), сладкий квас, лимонады на сахаре. Диета № 9а Показания к применению: сахарный диабет в легкой форме (реже средней тяжести) без применения инсулина при избыточной массе тела (II и III степень ожирения). Целевое назначение. Выравнивание нарушений углеводного, жирового, водно-солевого и белкового обмена. Общая характеристика. Аналогичная диете № 9 с той лишь разницей, что более значительно ограничивается энергетическая ценность за счет углеводов и жиров. Энергетическая ценность - 6908 кДж (1650 ккал). Химический состав: белков - 100 г (60 % животные), жиров - 50 г (25-30 % растительные), углеводов 200 г, натрия хлорида - до 12 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка, режим питания, перечень продуктов, разрешенных к употреблению и подлежащих ограничению, аналогичны диете № 9. Диета № 9б Показания к применению: сахарный диабет (средней тяжести и тяжелый) в условиях проведения инсулинотерапии и расширенном двигательном режиме. Целевое назначение. То же, что и диеты № 9а. Общая характеристика. Полноценная диета по энергетической ценности, содержанию белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов. Энергетическая ценность - 11723-13398 кДж (2800-3200 ккал). Химический состав: белков - 120 г (60 % животные), жиров - 80-100 г (25-30 % растительные); углеводов - 400-450 г, натрия хлорида - до 15 г; свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка и режим питания аналогичны диете № 15. По набору пищевых продуктов диета № 9б также напоминает диету № 15 с той лишь разницей, что в ней ограничено количество легкоусвояемых углеводов (сахар, мед, варенье и др.). Разрешается употребление сахара до 30 г в сутки. Диета № 10 Показания к применению: заболевания сердца в стадии

	компенсации или нерезко выраженной недостаточности кровообращения (I-ПА стадии), гипертоническая болезнь I-II стадии, хронический гломерулонефрит и пиелонефрит без нарушения азотовыделительной функции почек. Целевое назначение. Облегчение деятельности сердечно-сосудистой системы при одновременном умеренном щажении органов пищеварения и почек; увеличение диуреза и разгрузка межуточного обмена. Общая характеристика. Значительное ограничение натрия хлорида и жидкости, растительной клетчатки и продуктов, богатых холестерином, способствующих метеоризму в кишках; веществ, возбуждающих сердечнососудистую и нервную системы, раздражающих печень и почки (экстрактивные и др.); обогащение рациона солями калия, кальция, липотропными веществами (лецитин, метионин); обеспечение достаточного поступления в организм витаминов. Энергетическая ценность - 9839-10886 кДж (2350-2600 ккал). Химический состав: белков - 80-90 г (60 % животные), жиров - 70 г (30 % растительные), углеводов - 350-400 г, натрия хлорида - 5-7 г (из них 3-5 выдают больному для подсаливания отдельных блюд по вкусу; остальное количество содержится в натуральных продуктах); свободной жидкости - 1,2 л. Кулинарная обработка с умеренным механическим щажением; все блюда готовятся без соли. Режим питания. Пища принимается 5 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: ржаной и пшеничный вчерашней выпечки, несдобные печенья и бисквит. Исключаются: свежий хлеб, сдобное и слоеное тесто, блины. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта (говядина, телятина, мясная свинина, курица, индейка, кролик) в вареном виде с последующим запеканием или обжариванием, куском или рубленые. Исключаются: жирные сорта, утка, гусь, колбасные изделия, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуется: нежирная в вареном виде с последующим обжариванием, рубленая или куском. Исключаются: жирные виды (осетрина, белуга, кета и др.), копченая, соленая, рыбья икра, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: одно в день без ограничений кулинарной обработки. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: цельное молоко (если не вызывает метеоризма), сливки, молочнокислые напитки, сметана, творог, малосоленый сыр. Исключаются: соленые сыры. 6. Жиры. Рекомендуются: несоленое сливочное и растительные масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: любые крупы и макаронные изделия, приготовленные на воде или молоке (каши, пудинги, котлеты и т.д.). Исключаются: бобовые (горох, фасоль). 8. Овощи. Рекомендуются: картофель, свекла, морковь, белокочанная и цветная капуста в отварном и запеченном виде. Огурцы, помидоры, морковь, листья салата, зеленый лук, укроп, петрушка в сыром виде. Исключаются: квашеные, соленые, маринованные, редька, редис, шпинат, щавель, грибы. 9. Супы. Рекомендуются: вегетарианские с картофелем, овощами, крупами, молочные, фруктовые. Исключаются: мясные, рыбные и грибные бульоны; с бобовыми. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости.

	Рекомендуются: мягкие ягоды и фрукты в сыром виде, компоты, кисели, желе, муссы, самбуки, молочные кремы, варенье, мед, нешоколадные конфеты, зефир, пастила. Исключаются: плоды с грубой клетчаткой, ягоды с грубыми зернами, шоколад, пирожные. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: на овощном отваре, сметанный, молочный, томатный соусы: фруктовые подливки; ванилин, корица, гвоздика. Исключаются: на мясном, рыбном и грибном отварах, перец, хрен, горчица. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, кофе-суррогат, овощные и фруктовые соки (виноградный - ограниченно), отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао, газированные напитки. Диета № 10а Показания к применению: заболевания сердечно-сосудистой системы с резко выраженной недостаточностью кровообращения (ЦБ-III стадии). Целевое назначение. Облегчение деятельности сердечно-сосудистой системы при одновременном значительном щажении органов пищеварения и функции почек; увеличение диуреза и разгрузка межуточного обмена. Общая характеристика. Снижение энергетической ценности за счет белков (особенно растительных), жиров (в основном тугоплавких) и углеводов. Резкое ограничение соли и свободной жидкости, растительной клетчатки, продуктов, способствующих метеоризму в кишках, богатых холестерином; веществ, возбуждающих сердечно-сосудистую и нервную системы, раздражающих печень и почки. Обогащение рациона солями калия, кальция, липотропными веществами (лецитин, метионин). Обеспечение достаточного поступления в организм витаминов. Энергетическая ценность - 7746-7955 кДж (1850-1900 ккал). Химический состав: белков - 50-60 г (65% животные), жиров - 50 г (30% растительные), углеводов - 300 г (60-80% сахара); натрия хлорида - 1-2 г; свободной жидкости - 0,6 л. Кулинарная обработка. Все блюда готовят без соли. Не разрешается жарение. Пища используется в отварном и протертом виде. Режим питания. Пища принимается 6 раз в день. Диета используется не более двух недель. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный и печенье, выпеченные без соли. Исключаются: хлеб и печенье обычной выпечки. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные сорта говядины, телятины, индейки, курицы, кролика, вареные, в рубленом и протертом виде или куском (нежное молодое мясо). Исключаются: жирные и жилистые баранина, гусь, утка, колбасы, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуется: нежирная, в отварном виде, куском или рубленая, заливная после отваривания. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, икра, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: до 2 в день всмятку, в виде парового омлета и в блюда. Исключаются: сырые, жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: цельное молоко (если не вызывает метеоризма), простокваша, кефир, сметана в блюда, сливки ограниченно, свежий протертый творог. Исключается: сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: несоленое сливочное и рафинированные растительные масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые.

	Рекомендуются: каши, пудинги, суфле из манной, протертых геркулеса, риса и гречневой круп; отварная вермишель. Исключаются: перловая, пшено, макароны, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: картофель (ограниченно) печеный, отварной, в виде пюре. Свекла, морковь; цветная капуста, вареные в виде пюре. Кабачки и тыква тушеные. Суфле овощное. Свежие спелые помидоры. Исключаются: прочие овощи, квашеные, соленые, маринованные. 9. Супы (до 1/2 тарелки). Рекомендуются: из протертых и мелкошинкованных овощей (картофеля, моркови, свеклы), круп (манной, протертых геркулеса, риса), фруктовые. Исключаются: мясные, рыбные, грибные бульоны, щи, борщ, молочные, холодные супы, рассольник. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: мягкие фрукты и ягоды в сыром виде. Яблоки печеные. Курага и чернослив в размоченном виде. Компот, кисель, мусс, желе, сахар, мед, варенье, зефир, мармелад. Исключаются: ягоды и фрукты с грубой клетчаткой, виноград, изюм, шоколад, кремовые изделия. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: белый соус, сладкие и кислые овощные и фруктовые подливы. Исключаются: на мясном, рыбном и грибном отварах, пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, кофе-суррогат, овощные и фруктовые соки, отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао, виноградный сок, газированные напитки, минеральные воды, богатые натрием. Диета № 10с Показания к применению: атеросклероз сосудов сердца, мозга и других органов; гипертоническая болезнь II-III стадии, инфаркт миокарда в стадии рубцевания. Целевое назначение. Противодействовать развитию атеросклероза, связанным с ним нарушениям обмена веществ, гемокоагуляции, способствовать уменьшению массы тела при ожирении. Общая характеристика. Снижение содержания легкоусвояемых углеводов и животных жиров, степень которого зависит от массы тела (используются два варианта диеты - см. ниже). Ограничение соли, холестерина, азотистых экстрактивных веществ. Обогащение рациона липотропными веществами, незаменимыми жирными кислотами, витаминами (кроме кальциферолов), клетчаткой, калием, магнием, продуктами моря. Энергетическая ценность и химический состав. Вариант 1 (для лиц с избыточной массой тела): 9211 кДж (2200 ккал), белков - 90 г, жиров - 70 г, углеводов - 300 г. Вариант 2 (для лиц с нормальной или пониженной массой тела): 10467 кДж (2500 ккал), белков - 100 г (60 % животные), жиров - 80 г (30 % растительные), углеводов - 350 г. В обоих вариантах диеты - натрия хлорида 3-5 г, свободной жидкости - около 1 л. Предложены варианты настоящей диеты с учетом типа гиперлипидемии (см. главу IV). Кулинарная обработка. Пищу готовят в отварном, запеченном и измельченном виде без соли. Режим питания. Прием пищи 5-6 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб ржаной (из сеяной обдирной муки), пшеничный (из муки 1-го и 2-го сорта), «Здоровье», белково-отрубный. Исключаются: изделия из сдобного и слоеного теста, пироги, блины, торты, пирожные. 2. Мясо и

	птица. Рекомендуются: нежирные сорта (говядина, телятина, куры) в отварном или запеченном виде, рубленые или куском. Заливное из отварной курицы или мяса на овощном отваре. Нежирная ветчина. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, жареное мясо без предварительного отваривания, мозги, печень, почки, копчености, колбасы, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды, запеченная или отварная, рубленая или куском. Заливная на овощном отваре. Блюда из продуктов моря (паста «Океан», мидии, морской гребешок, кальмары и др.). Исключаются: жирные виды, копченая, соленная, икра, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку (до трех штук в неделю), белковый паровой омлет. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко, молочнокислые напитки, нежирный творог, нежирный и несоленый сыр, сметана в ограниченном количестве (в основном в блюда). Исключаются: жирные сливки, творог, соленый и жирный сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и топленое (ограниченно), растительные (преимущественно нерафинированные) масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: рассыпчатые каши, запеканки, пудинги из гречневой (ядрицы), овсяной, ячневой и других круп. Ограничиваются: манная, рис, макаронные изделия, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: разные (в том числе морская капуста), сырые, в отварном и запеченном виде. Грибы, репа, брюква, шпинат, щавель - ограниченно. 9. Супы. Рекомендуются: с овощами, вегетарианские с картофелем и крупами, молочные, фруктовые; борщ, щи. Исключаются: мясные, рыбные и грибные бульоны, из бобовых. 10. Плоды и сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: ягоды и фрукты в сыром виде, сухофрукты, компоты, кисели, муссы, желе. Виноград, изюм, сахар, мед, варенье - ограниченно. Вместо сахара частично ксилит. Исключаются: кремовые изделия, мороженое (сливочное и пломбир), шоколад. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: на овощном отваре, молочные; ягодные и фруктовые подливки. Корица, лимонная кислота, ванилин. Ограниченно майонез и хрен. Исключаются: мясные, рыбные, грибные соусы, горчица, перец. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, кофе-суррогат с молоком, соки овощей, ягод и фруктов, отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао. Диета № 10и Показания к применению: инфаркт миокарда. Целевое назначение. Способствовать ускорению репаративных процессов в миокарде и восстановлению функциональной способности сердца; уменьшить нагрузку на сердечно-сосудистую систему, предупредить прогрессирование атеросклероза, тромбоэмболические осложнения, излишнюю прибавку в массе, нормализовать двигательную функцию кишок. Общая характеристика. Снижение энергетической ценности пищи с последующим постепенным ее повышением, ограничение соли, жидкости, животных жиров, холестерина, азотистых экстрактивных веществ. Обогащение аскорбиновой кислотой, липотропными веществами, солями калия. Исключение продуктов, способствующих метеоризму в кишках. Диета состоит из трех рационов, имеющих различную

	энергетическую ценность и химический состав: Характеристика I рацион II рацион III рацион Энергетическая ценность, кДж (ккал) 4815-5694 (1150-1360) 7118-7997 (1700-1910) 9546-10383 (2280-2480) Белки, г1 50 60-70 90 Жиры, г1 30-40 60-70 80 Углеводы, г 170-200 230-250 300-350 Соль, г 1,5-2 (в продуктах) 1,5-2 (в продуктах) +3 на руки 1,5-2 (в продуктах) +5 на руки Свободной жидкости, л 0,8 1 I _____ 1Животных белков 65 %. • Растительных жиров 35-40 %. Кулинарная обработка. Исключается пища в жареном виде. Все блюда готовят без соли; в I рационе в протертом виде, во II и III - в непротертом. Режим питания. I рацион - назначается в остром периоде инфаркта (первые 7-8 дней) с приемом пищи 6 раз в день; II рацион - применяется в подостром периоде (2-3-я недели) с приемом пищи 5 раз в день; III рацион - используется в период рубцевания (с 4-й недели) с приемом пиши 5 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда I рацион. 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный в виде сухариков. Исключаются: хлеб ржаной, изделия из сдобного и слоеного теста, пироги, блинчики, оладьи, торты, пирожные. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные говядина, телятина, куры в отварном и протертом виде. Исключаются: жирные сорта, гусь, утка, мозги, печень, почки, в жареном виде, куском, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды (судак, треска и др.), отварная и протертая (суфле). Исключаются: жирные виды, куском, жареная, копченая, соленая, икра, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: белковый паровой омлет. Исключаются: жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко разбавленное (ограниченно), молочнокислые напитки, творог нежирный протертый, сметана (ограниченно) в блюда. Исключаются: жирные сливки, творог, сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и растительные (в основном нерафинированные) масла. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: протертые каши из гречневой, овсяной, манной, рисовой круп. Исключаются: макаронные изделия, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: морковь свежая тертая (в виде пюре), цветная капуста и свекла отварные в виде пюре. Исключаются: другие овощи, квашеные, соленые, маринованные. 9. Супы. Рекомендуются: овощные протертые, на овощном бульоне с яичными хлопьями. Исключаются: мясной, рыбный и грибной бульоны, из круп, бобовых, рассольник, борщ, щи. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: свежие фрукты в виде пюре, запеченные, протертые компоты, сахар. Исключаются: ягоды и фрукты с грубой клетчаткой, виноград, шоколад, кремовые изделия. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочные, на овощном отваре, сладкие, ягодные и фруктовые подливки. Исключаются: на мясном, рыбном и грибном отварах, пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, кофе-суррогат, овощные и фруктовые соки, отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао, виноградный сок, газированные напитки. II рацион. 1. Хлеб и мучные изделия.

	Рекомендуются: хлеб пшеничный, ржаной, белково-отрубный вчерашней выпечки, «Здоровье». Запрещаются: изделия из сдобного и слоеного теста, пироги, блины, оладьи, торты, пирожные. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: нежирные говядина, телятина, курица, отварные, рубленые, куском. Запрещаются: жирные сорта, гусь, утка, мозги, печень, почки, жареные, копчености, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирные виды (судак, треска и др.), отварная, куском, сельдь вымоченная (1-2 раза в неделю). Исключаются: жирные виды, жареная, соленая, копченая, икра, консервы. 4. Яйца. Рекомендуется: белковый паровой омлет. Исключаются: жареные, вкрутую. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: молоко разбавленное и в пищу, молочнокислые напитки, творог нежирный, сметана в блюда, сыр неострый тертый. Исключаются: жирные сливки и творог, соленый и острый сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: масло сливочное и растительное. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: каши из гречневой, овсяной, манной крупы, риса, лапша отварная. Исключаются: макароны, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: свекла, морковь, цветная капуста в отварном виде. Морковь свежая, тертая. Свежие огурцы, помидоры в виде салата. Картофель отварной в виде пюре. Исключаются: грибы, репа, брюква, шпинат, щавель. 9. Супы. Рекомендуются: вегетарианские непротертые из овощей и круп, молочные. Исключаются: мясной, рыбный и грибной бульоны. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: ягоды и фрукты в сыром виде, запеченные в виде пюре, сухофрукты. Компот, кисель, сахар. Исключаются: виноград, изюм, шоколад, кремовые изделия, мороженое (сливочное, пломбир). 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: молочные, на овощном отваре, сладкие, фруктово- ягодные подливки. Исключаются: на мясном, рыбном и грибном отварах, пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: некрепкий чай, кофе- суррогат, овощные и фруктовые соки, отвар шиповника. Исключаются: крепкий чай, натуральный кофе, какао, виноградный сок, газированные напитки. III рацион по набору рекомендуемых и исключаемых продуктов и блюд соответствует диете № 10 с. Диета № 11 Показания к применению: туберкулез легких, костей, лимфатических узлов при затихании обострения; понижение общего питания и реактивности организма в период реконвалесценции после инфекционных болезней, травм и операций; анемии (с ограничением жира). В указанных случаях используется при отсутствии болезней пищеварительной системы. Целевое назначение. Повышение общего питания и реактивности организма, резистентности по отношению к хроническим инфекциям. Общая характеристика. Повышенная энергетическая ценность, увеличение содержания белков животного происхождения, витаминов, минеральных веществ (железо, кальций, фосфор и др.). Энергетическая ценность - 13398-15282 кДж (3200-3650 ккал). Химический состав: белков - 120-140 г (60 % животные), жиров - 100-120 г (20-25 % растительные), углеводов - 450-500 г, натрия хлорида - 12-15 г, свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная

	обработка. Разнообразная без ограничения. Режим питания. Прием пищи 5 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный и ржаной. Пирожки, сдобные булочки, бисквит, печенье. Исключаются: жирные торты, пирожные с кремом. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: разные виды без ограничений в кулинарной обработке, печенье, колбасы, ветчина, сосиски. Исключаются: слишком жирные сорта. 3. Рыба. Рекомендуются: различные виды в любой кулинарной обработке, сельдь, балык, икра, консервы (ограниченно). 4. Яйца. Рекомендуются: в любой кулинарной обработке. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: в полном ассортименте; особенно предпочтительны творог и сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и растительные масла в натуральном виде; топленое для приготовления блюд. Исключаются: мясные (говяжий, бараний); избыточное количество. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: без ограничения ассортимента и способов приготовления. Предпочтительны гречневая и геркулес. 8. Овощи. Рекомендуются: свежие в сыром виде и в любой кулинарной обработке; зелень в блюда. 9. Супы. Рекомендуются: любые. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: любые. Обязательно ягоды и фрукты в сыром виде. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: на бульонах, яичный, томатный и другие. Пряности в умеренном количестве. Исключаются: жирные и острые. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао. Обязательно соки свежих овощей и фруктов. Отвар шиповника. Диета № 12 Диета № 12 применялась при заболеваниях нервной системы. По своему химическому составу она приближается к диете № 15. В настоящее время практически не применяется, так как в зависимости от характера заболевания нервной системы и сопутствующих нарушений со стороны других систем организма применяются различные варианты диет № 5, 10, 15. Диета № 13 Показания к применению: острые инфекционные заболевания; ангина; после операций на мягких тканях, костях, щитовидной железе и др. Целевое назначение. Усиление выведения токсинов из организма и повышение его защитных сил; щажение органов пищеварения при острых лихорадочных состояниях или в послеоперационном периоде при соблюдении постельного режима. Общая характеристика. Ограничение энергетической ценности, продуктов, раздражающих пищевой канал и способствующих бродильным процессам в кишках; повышение содержания витаминов и жидкости; соль в умеренном количестве. Энергетическая ценность - 9002-9337 кДж (2150-2230 ккал). Химический состав: белков - 80 г (60-70 % животные, преимущественно молочные), жиров - 70 г (15 % растительные), углеводов - до 300-320 г, натрия хлорида - 8-10 г, свободной жидкости - 2 л и более. Кулинарная обработка. Пищу готовят путем отваривания (в воде или на пару); употребляют в пюреобразном или полужидком виде. Режим питания. Дробный прием пищи до 6 раз в день в горячем (не ниже 60 °С) виде. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: хлеб пшеничный вчерашний

	или подсушенный, несдобные сухари, сухое печенье, бисквит. Исключаются: хлеб ржаной, свежий, блины, изделия из сдобного теста. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: блюда из нежирных сортов в мелкорубленом виде - паровые из говядины и курицы, отварные из телятины, кроликов, цыплят. Заливное протертое мясо. В процессе изготовления блюд удаляют сухожилия, хрящи, кожу птиц. Исключаются: жирные сорта (гусь, утка, баранина, свинина), ветчина, колбасы, консервы. 3. Рыба. Рекомендуются: нежирная куском или в рубленом виде, отварная, паровая, заливная. Исключаются: жирные виды, копченая, соленая, консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: всмятку, паровой омлет. Исключаются: вкрутую и жареные. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: простокваша, ацидофилин, кефир, творог некислый в протертом сыром и запеченном виде, нежирная сметана и молоко в блюда, сыр неострый тертый. Исключаются: цельное молоко, жирная сметана, острый сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное масло в натуральном виде и в блюда, рафинированное растительное - ограниченно (до 10-15 г). Исключаются: прочие жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: каши на воде пополам с молоком, пудинги из манной крупы, риса, молотой гречневой крупы и геркулеса. Исключаются: перловая, пшено, макароны, бобовые. 8. Овощи. Рекомендуются: картофель, свекла, кабачки, тыква, морковь, цветная капуста отварные в виде пюре. Кабачки и тыкву можно тушеными кусочками. Спелые свежие помидоры. Исключаются: прочие овощи (белокочанная капуста, редис, редька, репа, брюква, огурцы, грибы и т.д.). 9. Супы. Рекомендуются: некрепкие мясной и рыбный бульоны, овощные навары с разрешенными протертыми овощами, крупами (манной, рисовой, овсяной), вермишелью, лапшой, молочные (при переносимости). Исключаются: крепкие и жирные бульоны, борщ, щи, окрошка. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: спелые мягкие фрукты и ягоды в протертом виде, печеные яблоки, протертые компоты, кисели, желе, муссы, самбуки, кремы; сахар, мед, варенье, мармелад, пастила. Исключаются: фрукты и ягоды с грубой клетчаткой, шоколад, пирожные. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: на мясном и рыбном бульоне, овощном отваре, сметанный. Муку для соуса подсушивают. Лавровый лист, ванилин. Исключаются: острые и жирные соусы; прочие пряности. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао на воде с молоком (при переносимости), фруктовые и овощные соки, отвар шиповника. Исключаются: виноградный и капустный соки. Диета № 14 Показания к применению: мочекаменная болезнь и пиелоциститы со щелочной реакцией мочи, выпадением осадка фосфорно-кальциевых солей (фосфатурия). Целевое назначение. Восстановление кислой реакции мочи, условий, препятствующих выпадению фосфорно- кальциевых солей в мочевыводящих путях и способствующих выведению их из организма. Общая характеристика. Оптимальная энергетическая ценность с достаточным содержанием белков, жиров, углеводов, увеличением количества ретинола. Превалирование кислых и снижение содержания щелочных валентностей.

	Ограничение солей кальция. Увеличение количества свободной жидкости. Энергетическая ценность - 11095-12979 кДж (2650-3100 ккал). Химический состав: белков - 80-100 г (55-60% животные), жиров 80-100 г (55-60 % животные), углеводов - 400-450 г, натрия хлорида - 12-15 г; свободной жидкости - 1,5-2 л. Кулинарная обработка. Разнообразная без ограничений. Режим питания. Прием пищи 4-5 раз в день. Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда 1. Хлеб и мучные изделия. Рекомендуются: различные виды. Исключаются: изделия из сдобного теста на молоке. 2. Мясо и птица. Рекомендуются: различные виды без ограничений кулинарной обработки. Исключаются: копчености. 3. Рыба. Рекомендуется: любая разнообразного приготовления. Исключаются: соленая, острые рыбные консервы. 4. Яйца. Рекомендуются: разнообразного приготовления. 5. Молочные продукты. Рекомендуются: сметана - ограниченно в блюда. Исключаются: молоко, творог, сыр. 6. Жиры. Рекомендуются: сливочное и растительные масла в натуральном виде, топленое - для приготовления блюд. Исключаются: мясные и кулинарные жиры. 7. Крупы, макаронные изделия и бобовые. Рекомендуются: в полном ассортименте без ограничений кулинарной обработки. 8. Овощи. Рекомендуются: зеленый горошек, тыква, грибы (ограниченно). Исключаются: прочие. 9. Супы. Рекомендуются: мясной, рыбный и грибной бульоны, из круп, лапши, бобовых. Исключаются: прочие. 10. Плоды, сладкие блюда и сладости. Рекомендуются: красная смородина, брусника, компоты, кисели, желе и муссы из них; сахар, мед, кондитерские изделия. Исключаются: прочие ягоды и фрукты, изделия на молоке. 11. Соусы и пряности. Рекомендуются: неострые на мясном, рыбном и грибном бульонах. Пряности - ограниченно. Исключаются: прочие соусы и острые приправы. 12. Напитки. Рекомендуются: чай, кофе, какао на воде, отвар шиповника. Исключаются: фруктовые и ягодные соки. Диета № 15 Показания к применению: реконвалесценты и больные, у которых отсутствуют показания к назначению специальной лечебной диеты (при нормальном состоянии пищевого канала). Целевое назначение. Обеспечение полноценного разнообразного рационального питания в условиях стационара. Общая характеристика. Физиологически полноценная и разнообразная диета, рассчитанная на человека, не выполняющего физического труда. Содержание витаминов увеличено. Исключаются некоторые трудноусвояемые и острые пищевые продукты. Энергетическая ценность - 11095-12979 кДж (2650-3100 ккал). Химический состав: белков 80-100 г (55-60 % животные), жиров - 80-100 г (20-25 % растительные), углеводов - 400-450 г (сахар 70-100 г); натрия хлорида - 12-15 г, свободной жидкости - 1,5 л. Кулинарная обработка. Разнообразная без ограничений. Режим питания. Пища принимается 4-5 раз в день. Разрешаются: разнообразные продукты, обеспечивающие правильное соотношение основных пищевых ингредиентов и повышенное поступление в организм витаминов. Рекомендуется включение в рацион овощей, фруктов, ягод и их соков, отвара шиповника, из отрубей, молока, кисломолочных

	продуктов, сливочного и растительных масел, ржаного хлеба и т.д. Исключаются: трудноперевариваемые жирные пищевые продукты (свинина, говядина, баранина, гусь, утка, говяжий, свиной, бараний и кулинарные жиры). Ограничиваются: горчица и перец. Контрастные диеты (разгрузочные дни) По преобладанию пищевых веществ различают белковые (молочный, творожный, мясо-овощной), углеводные (сахарный, яблочный, рисово-компотный, салатный, картофельный, арбузный, тыквенный, огуречный и др.) и жировые разгрузочные дни (контрастные диеты). 1. Молочный день. Вариант 1: по 100 мл молока 6 раз в день, на ночь 200 мл фруктового сока с 20 г глюкозы или сахара, можно добавить 2 раза в день по 25 г подсушенного пшеничного бессолевого хлеба. Показания к назначению: заболевания сердечно- сосудистой системы с недостаточностью кровообращения II-III степени. Вариант 2: 6 раз в день по 200-250 мл молока, кефира, простокваши. Показания к назначению: ожирение, подагра, атеросклероз, мочекаменная болезнь с уратурией. 2. Творожный день: 600 г творога на 4 приема в сочетании с 2 стаканами кофе с молоком без сахара и 1-2 стаканами отвара шиповника. Показания к назначению: ожирение, атеросклероз. 3. Мясо-овощной день: 360 г отварного мяса (без жира), 0,6-0,8 кг овощного гарнира (огурцы, морковь, капуста, помидоры и др.), 2 стакана кофе с молоком без сахара и 1-2 стакана отвара шиповника, разделенные на 6 приемов. Показания к назначению: ожирение. 4. Сахарный день: 1 л чаю и 200 г сахара (по 1 стакану горячего чая с 40 г сахара 5 раз в день). Показания к назначению: заболевания печени и желчных путей, хронический гломерулонефрит. 5. Яблочный день: 1,5 кг сырых зрелых яблок (по 300 г 5 раз в день). Показания к назначению: ожирение, гипертоническая болезнь, атеросклероз, хронический гломерулонефрит, хронический энтероколит. 6. Рисово-компотный день: всего на день 1-2 кг свежих или 250 г сушеных фруктов, 50 г риса, 120 г сахара и 1,5 л воды; 6 раз в день дается по стакану сладкого компота, из них 2 раза - со сладкой рисовой кашей (сваренной на воде). Показания к назначению: гипертоническая болезнь, болезни почек, печени и желчных путей. 7. Салатный день: 1,2-1,5 кг свежих овощей и фруктов (бедных пуриновыми основаниями) с добавлением небольшого количества растительного масла или сметаны (по 200-250 г салата без добавления соли 4-5 раз в день). Показания к назначению: хронические полиартриты, атеросклероз, болезни почек, мочекислый диатез, подагра, гипертоническая болезнь. 8. Картофельный день: 1,5 кг печеного или отварного в кожуре без соли картофеля на 5 приемов. Показания к назначению: недостаточность кровообращения, острый и хронический гломерулонефрит. 9. Арбузный или тыквенный день: 1,5 кг спелого арбуза (без корки) или печеной тыквы (по 300 г на 5 приемов). Показания к назначению: гипертоническая болезнь, гломерулонефрит, пиелоцистит, болезни печени и желчных путей, мочекислый диатез. 10. Огуречный день: 2 кг свежих огурцов в течение дня. Показания к назначению: ожирение,

	мочекислый диатез, гипертоническая болезнь. 11. Жировой день: по 80 г сметаны 4 раза в день. Показания к назначению: ожирение. Разгрузочные дни обычно назначают вместо основной диеты 1 раз в 7-10 дней. Ввиду низкой энергетической ценности разгрузочных диетических рационов, их следует проводить при условии соблюдения больным постельного режима. Контрастные дни способствуют значительной разгрузке межуточного обмена, выведению из организма продуктов обмена, излишков натрия и жидкости, оказывают благоприятное влияние на течение заболевания. Каждая диета включает: 1) показания к назначению; 2) цель назначения; 3) общую характеристику - особенности химического состава, продуктового набора и кулинарной обработки; 4) химический состав и энергетическую ценность; 5) режим питания; 6) перечень допустимых продуктов и блюд и способы их приготовления. Полуфабрикаты и готовые скоропортящиеся изделия должны иметь удостоверения о качестве (сертификаты) от предприятия-изготовителя с указанием числа и часа приготовления, времени отправки и сроком реализации. Требования к качеству услуг: Поставщик осуществляет раздачу готовой пищи в специальных пищевых термосах или посуде с закрывающимися крышками. Поставщик обязан оставлять суточную пробу приготовленных блюд для контроля за качеством приготовления лечебно– диетического питания не менее 48 часов. С витаминизация третьего блюда круглогодично. Соблюдать товарное соседство пищевых продуктов. Соблюдать поточность технологического процесса приготовления лечебно-диетического питания. Поставщик должен предоставить следующие документы: 1. Санитарные книжки на заявленных работников. 2. Сан эпид заключение на объект. 3. Использование специализированного автотранспорта, предназначенного для перевозки пищевых продуктов. В случае низкого качества питания, жалоб со стороны пациентов, докладных от руководителей отделений, главной медсестры, Заказчик имеет право расторгнуть договор о государственных закупках в одностороннем порядке за ненадлежащее исполнение договора. Срок оказания услуги: с 01.01.2027г. до 31.12.2028года.
Условия к потенциальному поставщику в случае определения его победителем и заключения с ним договора о государственных закупках (указываются при необходимости) (Отклонение потенциального поставщика за не указание и непредставление указанных сведений не допускается)	В соответствии с технической спецификацией и условиями договора