

Диета при остром и хроническом пиелонефрите, гломерулонефрите (ДИЕТЕ № 7)

Режим питания: Прием пищи 4-5 раз в день без обильных приемов пищи.

Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда:

Продукты	Рекомендуется	Исключить
Хлеб и мучные изделия	Бессолевого хлеб, блинчики, оладьи на дрожжах и без соли.	хлеб обычной выпечки, мучные изделия с добавлением натрия хлорида.
Закуски	Винегреты без солений, салаты из свежих овощей и фруктов;	
Овощи и грибы	Картофель и овощи широко применяют в любой кулинарной обработке.	бобовые, лук, чеснок, редьку, редис, щавель, шпинат, соленые, маринованные и квашенные овощи, грибы;
Крупы	Различная крупа (в частности, саго, рис, кукурузная, перловая) и макаронные изделия в любом приготовлении.	бобовые;
Супы	Вегетарианские с овощами, крупой, картофелем; фруктовые, ограниченно - молочные. Заправляют сливочным маслом, сметаной, укропом, петрушкой, лимонной кислотой, уксусом; луком после отваривания и пассерования.	мясные, рыбные и грибные бульоны, из бобовых;
Мясо и птица	Нежирные говядина, телятина, мясная и обрезная свинина, баранина, кролик, курица, индейка, отварные или запеченные, слегка обжаренные после отваривания. Куском или в рубленом виде. Язык отварной.	жирные сорта, жареные и тушеные блюда без отваривания. колбасы, сосиски, копчености, консервы;
Рыба	Нежирная, отварная с последующим легким обжариванием или запеканием, куском и рубленая, фаршированная, заливная после отваривания.	жирные виды, соленую, конченую рыбу, икру, консервы;
Молочные продукты	Молоко, сливки, кисломолочные напитки, творог и творожные блюда с морковью, яблоками, рисом; сметана.	сыры;
Яйца	Желтки, добавляемые в блюда. Цельные яйца - до 2 в день (всмятку, омлет) - при уменьшении мяса, рыбы или творога;	
Жиры	Сливочное несоленое, коровье топленое и рафинированные растительные масла;	свиное сало.
Плоды, сладкие блюда, сладости	Различные фрукты и ягоды, сырые, вареные, компоты, кисели, желе, мед, варенье, конфеты, фруктовое мороженое.	шоколад;

Соусы и пряности	Томатные, молочные, сметанные, фруктовые и овощные сладкие и кислые подливки, луковый из вываренного и поджаренного лука. Ванилин, корица. лимонная кислота, уксус.	мясные, рыбные и грибные соусы, перец, горчицу, хрен;
Напитки	Чай, некрепкий кофе, соки фруктовые и овощные. Отвар шиповника.	крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием;