

Диета при гастроэнтерологических заболеваниях. Стол №2.

- хронический гастрит с секреторной недостаточностью при вне обострения и в стадии восстановления после обострения
- острые гастриты, энтериты, колиты в период восстановления (переход к рациональному питанию)
- хронический энтерит и колит после и вне обострения, без сопутствующих заболеваний печени, желчных путей, поджелудочной железы или гастрита с нормальной или повышенной секреторией.

Продукты и блюда	Можно	Нельзя
	Хлеб пшеничный (вчерашний, подсушенный, сухари). Несдобные изделия из теста, несдобное печенье, несдобные ватрушки с творогом, пироги с вареным мясом или рыбой, яйцами, рисом, яблоками, джемом.	Свежий хлеб и изделия, из сдобного и слоеного теста.
	Обезжиренный мясной и рыбный бульон, бульоны на овощах и из грибов с мелко нарезанными или протертыми овощами, картофелем, можно добавлять разваренные/ протертые крупы, фрикадельки. Овощи во всех супах максимально измельченные	Молочный, гороховый, фасолевый, суп из пшена, окрошка.
	Нежирные сорта (отварное, запеченное, жареное (без панировки). Изделия из фарша говядины, телятины, кролика, кур, индейки. Язык отварной. Сосиски молочные. Блины с вареным мясом запеченные.	Жирное мясо и птица, утка, гусь, копчености, консервы, жирную свинину и баранину.
	Нежирные сорта. Отварная, запеченная, тушеная, жареная без панировки.	Жирные виды, соленая, копченая рыба, рыбные консервы.
	Кефир, простокваша и др. кисломолочные напитки; творог в т.ч. в блюдах (суфле, пудинг, сырники, вареники ленивые), сыр, сметана - до 15 г на блюдо; молоко и сливки для добавления в напитки и блюда	-
	Всмятку, паровые, запеченные и жареные (без грубой корочки), омлеты	Вкрутую.
	Каши на воде/ с молоком, на мясном бульоне, вермишель, плов с фруктами.	Бобовые, пшено, перловая, ячневую, кукурузная крупы.

Продукты и блюда	Можно	Нельзя
	<p>Картофель, морковь, кабачки, тыква, свекла, цветная, белокачанная капуста, зеленый горошек (вареные, тушеные, запеченные, пюре, запеканки). Котлеты овощные запеченные и жареные без корочки. Спелые томаты.</p>	<p>Сырые непротертые овощи, маринованные и соленые, лук, редька, редис, сладкий перец, огурец, брюква, чеснок, грибы.</p>
	<p>Спелые фрукты и ягоды протертые, очень мягкие - непротертые. Яблоки печеные. Апельсин, мандарины, арбуз, виноград без кожицы 100-200 г в день. Меренги, снежки, сливочная карамель, ириски, мармелад, пастила, зефир, сахар, мед, джем и варенье.</p>	<p>Неспелые или твердые фрукты и ягоды в сыром виде, малина, красная смородина, крыжовник, финики, инжир, шоколадные и кремовые изделия, мороженое.</p>
	<p>Соус сметанный, белый с лимоном и др. Ванилин, корица, укроп, петрушка, сельдерей.</p>	<p>Жирные и острые соусы, горчица, хрен.</p>
	<p>Чай с лимоном, кофе, какао, соки, отвары шиповника, компоты, кисели из ягод, фруктов и сухофруктов.</p>	<p>Виноградный сок, квас.</p>
	<p>Сливочное, топленое, растительное рафинированное.</p>	<p>Сало свиное, говяжий, бараний и кулинарный жиры.</p>