

I. Co máte vědět	5
II. Oč jde při cukrovce	6
III. Zásady léčby cukrovky	8
IV. Dieta při cukrovce	9
V. Spolupráce s lékařem	12
VI. Cukrovka s komplikacemi	13
VII. Obecné připomínky a základní diety	15
Čtyři základní diety	17
VIII. Předpisová část	21
Polévky	21
Masa	24
Zelenina	35
Moučníky	38
Příklady jídelních lístků	42
IX. Dieta u akutních komplikací	44
Rozpis dietního postupu	46
X. Dieta diabetická šetřící	49
Použitelnost	49
Hlavní zásady	50
Technologická úprava pokrmů	51
Výběr potravin a pokrmů	52
Předpisová část	55
Polévky	55
Masa	57
Zelenina	63
XI. Dieta diabetická s omezením bílkovin a soli	67
Pokyny pro přípravu diety	69
Vhodný výběr potravin	70
Dieta obsahující 30 g bílkovin denně s příklady jídelních lístků	72
Dieta obsahující 60 g bílkovin denně s příklady jídelních lístků	77
Předpisová část	82
Polévky	82
Masa	83
Zelenina a saláty	88
Obsah bílkovin a sodiku v nejužívanějších potravinách	91
XII. Dieta diabetická neslaná	93
Použitelnost a hlavní zásady	93
Příklady jídelních lístků	95
Odlehčovací dny	97
Jídelní lístky pro odlehčovací dny	97
XIII. Přísná redukční dieta	100
Výběr pokrmů v jídelním lístku	100
XIV. Stručné o konzervování ovoce	102