

# OBSAH

---

## ÚVOD — MUDr. Jiřina Vavřiková

Kalorická a biologická hodnota potravy ..	7
Význam hlavních potravin ve výživě a dietetice .....	8
Technologické postupy při přípravě dietních pokrmů. ....	15
Šetřící diety.....	17
Metabolické diety .....	20

## PŘEDPISY PRO ŠETŘÍCÍ DIETY — Jitka Horáčková, Eva Jahnová, Věra Lamačová, Alena Morávková, Eva Patlejchová

Polévky. ....	27
Masa .....	40
Samostatné pokrmy slané.....	67
Samostatné pokrmy sladké .....	79
Příkrmy .....	86
Studené večere.....	111
Moučníky .....	119
Příklad sestavení jídelního lístku .....	142

## PŘEDPISY PRO METABOLICKÉ DIETY —

*Marie Paukertová, Hana Štorková*

Polévky .....	145
Masa .....	156
Pokrmy ze zeleniny .....	216
Moučníky .....	260
Příklad sestavení jídelního lístku .....	290
Tabulka výživných hodnot potravin .....	293

## PŘEDPISY PRO NESLANOU DIETU —

*Miloslava Dvořáková*

Polévky .....	299
Masa .....	302
Samostatné pokrmy neslané .....	323
Příklad sestavení jídelního lístku .....	328

## NEJČASTĚJŠÍ KOMBINACE DIET V PRAXI —

*Marie Paukertová, Hana Štorková*

Polévky .....	331
Masa .....	335
Zeleniny .....	355
Příklad sestavení jídelního lístku .....	362