

Obsah

Předmluva	9
Úvod	11
Moderní trendy v dietetice	12
Léčebná výživa při nemocech trávicího ústrojí	13
Léčebná výživa při kardiovaskulárních onemocněních	16
Léčebná výživa při obezitě	18
Léčebná výživa u diabetiků	19
Léčebná výživa při chronické renální insuficienci	21
Zásady pro přípravu diet při nejčastějších nemocech trávicího ústrojí	22
Dieta pro nemocné s chorobami žaludku, žlučníku, slinivky břišní a jater	22
Dieta pro nemocné s chorobami žaludku a zvýšenou kyselostí žaludeční šťávy	22
Dieta pro nemocné s chorobami žlučníku, žlučových cest a slinivky břišní	24
Dieta pro nemocné s chorobami jater	26
PŘEDPISY PRO PŘÍPRAVU DIET PŘI NEJČASTĚJŠÍCH NEMOCECH TRÁVICÍHO ÚSTROJÍ PRO „DIETU ŠETŘÍČÍ“	29
Polévky	30
Studené polévky	38
Zavářky	38
Pokrm z hovězího masa	40
Pokrm z telecího masa	45
Pokrm z vepřového masa	52
Pokrm z mletého masa	54
Pokrm z vnitřností	57
Pokrm z drůbeže	59
Pokrm z ryb	60
Samostatné pokrmy slané	62
Samostatné pokrmy sladké	73
Příkrmy	78
Omáčky	82
Zeleniny	84
Ovocné přílohy k masu	94
Zeleninové saláty	94
Studené večeře	100
Moučníky z piškotového těsta	107
Moučníky z křehkého těsta	112
Moučníky z třeňého piškotového těsta	115
Pudingy a nákypy	117

Ovocné moučníky	119
Krémy a pěny	124
Ovocné koktajly	125
DIETA BEZLEPKOVÁ (bezgluténová)	127
Zásady pro přípravu bezlepkové diety	128
Kuchyňská úprava pokrmů	130
Předpisy pro přípravu bezlepkové diety	132
Polévky	132
Pokrm z masa	134
Příkrmy	137
Moučníky	140
PŘEDPISY PRO PŘÍPRAVU DIETY PŘI NEJČASTĚJŠÍCH PORUCHÁCH LÁTKOVÉ PŘEMĚNY	143
Dieta diabetická a redukční	144
Polévky	144
Masa	153
Pokrm z hovězího masa	153
Pokrm z telecího masa	161
Pokrm z libového vepřového masa	170
Různé pokrm	179
Pokrm z mletého masa	180
Pokrm z vnitřností	185
Pokrm z drůbeže	188
Pokrm z ryb	193
Pokrm ze zvěřiny	197
Pokrm ze zeleniny	200
Zeleninové saláty	221
Želé, krémy, pudinky, pěny	235
Tvarohové krémy	238
Moučníky z piškotového těsta	241
Moučníky z litého těsta	244
Moučníky z odpalovaného těsta	246
Moučníky z listového těsta	247
Moučníky z křehkého těsta	248
Moučníky z kynutého těsta	251
Různé moučníky	253
Příklad sestavy jídelního lístku pro dietu redukční s obsahem 6400 až 6800 jouľů	260
Příklad sestavy jídelního lístku pro dietu diabetickou s obsahem 8400 jouľů a 250 g uhlovodanů	261

Dieta diabetická a redukční v úpravě pro nemocné s chorobami žaludku, žlučníku, jater a slinivky břišní	262
Polévky	262
Pokrmů z hovězího masa	265
Pokrmů z telecího masa	270
Pokrmů z libového vepřového masa	275
Pokrmů z mletého masa	276
Pokrmů z jater	278
Pokrmů z kuřete	279
Pokrmů z ryb	280
Zelenina	282
Zeleninové saláty	283
Ovocné saláty	286
Příklad sestavy jídelního lístku pro dietu diabetickou, žlučnickovou nebo jaterní s obsahem 7500 kJ až 7800 kJ a 200 g uhlovodanů	287
Příklad sestavy jídelního lístku pro dietu redukční žlučnickovou nebo jaterní s obsahem 5434–5852 kJ	288

Dieta proti cévní skleróze	289
Přehled vhodných a nevhodných potravin	289
Obsah cholesterolu a tuku v některých potravinách	291
Dieta s denním obsahem 10 032 kJ	292
Příklad jídelního lístku s obsahem asi 10 032 kJ	293
Pokrmů z drůbeže	294
Ryby	302
Zvěřina	309

PŘEDPISY PRO DIETY S OMEZENÍM BÍLKOVIN PRO NEMOCNÉ S CHRONICKÝM SELHÁNÍM LEDVIN 317

Pokyny pro přípravu diety	318
Výběr vhodných potravin	319
Složení nízkobílkovinných pokrmů uvedených v předpisové části	320
Polévky	325
Masa	327
Pokrmů z vajec	328
Pokrmů z brambor	329
Pokrmů z rýže	333
Pokrmů z nízkobílkovinných nudlí	334
Pokrmů zeleninové	335
Různé pokrmy	337
Samostatné sladké pokrmy	338
Saláty	340
Nízkobílkovinné pečivo	341

Ovoce	343
Moučníky	344
Příklady sestavení jídelních lístků	
– s obsahem 30 g bílkovin na den	345
– s obsahem 40 g bílkovin na den	347
– s obsahem 50 g bílkovin na den	349
Tabulka bílkovinných ekvivalentů	
– brambory, ryže, těstoviny, pečivo, mouka	351
– maso, mléčné výrobky, vejce	352
PŘEDPISY PRO DIETU NESLANOU PRO NEMOCNÉ S OTOKY A VYSOKÝM KREVNÍM TLAKEM	353
Polévky	354
Pokrmý z hovězího masa	356
Pokrmý z telecího masa	362
Pokrmý z vepřového masa	366
Pokrmý z mletého masa	369
Pokrmý z vnitřností	371
Pokrmý z drůbeže	372
Pokrmý z ryb	374
Samostatné pokrmy	375
Příkrmy	376
Saláty	377
Příklad sestavení jídelníčku	379
Výživové hodnoty hlavních potravin a nápojů	380
Tabulka odměřování potravin	385
Rejstřík	387