

ÚVOD

I. DIETA PŘI AKUTNÍCH A CHRONICKÝCH PRŮJMÝCH ONEMOCNĚNÍCH

	5
Dieta při akutních průjmových onemocněních	7
Příklad jídelního lístku pro první dny při akutním průjmovém onemocnění	8
Šetřící diety při chronických střevních chorobách	9
Výběr potravin	11
Příklad jídelního lístku pro šetřící dietu při chronických střevních chorobách	15
Předpisy pokrmů při akutních a chronických průjmových onemocněních	18
Polévky	18
Masové pokrmy	20
Samostatné pokrmy	24
Příkrmy	25
Ovoce	26
Různé	27

II. VÝŽIVNÁ DIETA PŘI TRÁVICÍCH PORUCHÁCH

	29
Výběr potravin a jejich kuchyňská úprava	30
Příklad jídelního lístku pro výživnou dietu	30
Příklad jídelního lístku pro výživnou dietu s častým podáváním jídel	35
Použití triglyceridů středně dlouhých mastných kyselin (MCT)	38
Příklad jídelního lístku pro výživnou dietu s použitím tuků MCT	41
Použití takzvané elementární diety pro výživu osob s poruchami trávení a vstřebávání	43
Některé předpisy pokrmů pro výživnou dietu	45
Vybrané předpisy pokrmů s použitím tuků MCT	47

III. DIETA BEZLEPKOVÁ (BEZGLUTÉNOVÁ)

	48
Výběr potravin a jejich kuchyňská úprava	50
Příklad jídelního lístku pro dietu bezlepkovou	54
Předpisy pokrmů pro bezlepkovou dietu	58

Polévky	58
Masa	58
Příkrmy	60
Moučnický	61

IV. DIETA PŘI NESNÁŠENLIVOSTI MLÉKA 63

Rozdělení diety	67
Technologie pokrmů a výběr potravin	68
Kombinace diety při nesnášenlivosti mléka s dietou šetřící	68
Pokyny pro přípravu delaktózovaného tvarohu a pro použití Delaktaru a Lida-lacu	70
Příklad jídelního lístku pro dietu při nesnášenlivosti mléka spojenou s dietou šetřící	71
Předpisová část — nápoje a pokrmy s Delaktarem	73
Nápoje	73
Polévky	73
Omáčky	74
Přílohy	74
Sladká hlavní jídla	76
Moučnický	78