

I. Co máte vědět . . . . .	5
II. Oč jde při cukrovce . . . . .	6
III. Zásady léčby cukrovky . . . . .	9
IV. Dieta při cukrovce . . . . .	10
V. Spolupráce s lékařem . . . . .	13
VI. Cukrovka s komplikacemi . . . . .	14
VII. Obecné připomínky a základní diety . . . . .	16
Čtyři základní diety . . . . .	18
VIII. Předpisová část . . . . .	22
Polévky . . . . .	22
Masa . . . . .	25
Zelenina . . . . .	37
Moučnický . . . . .	40
Příklady jídelních lístků . . . . .	44
IX. Dieta u akutních komplikací . . . . .	46
Rozpis dietního postupu . . . . .	48
X. Dieta diabetická šetrící . . . . .	51
Použitelnost . . . . .	51
Hlavní zásady . . . . .	52
Technologická úprava pokrmů . . . . .	52
Výběr potravin a pokrmů . . . . .	54
Předpisová část . . . . .	57
Polévky . . . . .	57
Masa . . . . .	60
Zelenina . . . . .	66
XI. Dieta diabetická s omezením bílkovin a soli . . . . .	69
Pokyny pro přípravu diety . . . . .	71
Vhodný výběr potravin . . . . .	72
Dieta obsahující 30 g bílkovin denně s příklady jídelních lístků . . . . .	74
Dieta obsahující 60 g bílkovin denně s příklady jídelních lístků . . . . .	79
Předpisová část . . . . .	84
Polévky . . . . .	84
Masa . . . . .	85
Zelenina a saláty . . . . .	91
Obsah bílkovin a sodíku v nejužívanějších potravinách . . . . .	94
XII. Dieta diabetická neslaná . . . . .	96
Použitelnost a hlavní zásady . . . . .	96
Příklady jídelních lístků . . . . .	99
Odlehčovací dny . . . . .	102
Jídelní lístky pro odlehčovací dny . . . . .	102
XIII. Přísná redukční dieta . . . . .	105
Výběr pokrmů v jídelním lístku . . . . .	106
XIV. Stručně o konzervování ovoce . . . . .	107