



**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ
w Ropczycach**
Szpital Powiatowy w Sędziszowie Młp.

ul. Wyspiańskiego 14, 39-120 Sędziszów Młp. Tel; 0-17-22-20-839

DIETA PAPKOWATA

Dieta ma zastosowanie w chorobach jamy ustnej i przełyku (zapalenie jamy ustnej, zapalenie przełyku, rak przełyku, zwężenie przełyku, żylaki przełyku), w przypadku utrudnionego gryzienia i połykania, w niektórych chorobach przebiegających z gorączką oraz po niektórych zabiegach chirurgicznych według wskazań lekarza. Celem diety jest zapewnienie choremu wszystkich niezbędnych składników pokarmowych.

Wartość energetyczna, a także dobór produktów są zbliżone do diety łatwo strawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowej. W diecie tej bardzo ważnym składnikiem jest białko pochodzenia zwierzęcego, witamina C, witaminy z grupy B oraz składniki mineralne.

Potrawy przyrządzane są metodą gotowania. W diecie papkowej zastosowanie mają zupy przecierane, zupy krem, podprawiane zawiesiną z mąki i śmietanki, zagęszczane żółtkiem, masłem. Można też podawać zupy czyste, chociaż te mają znacznie mniejszą wartość odżywczą. Warzywa i owoce zaleca się w postaci surowych soków oraz gotowanej- rozdrobnionej. Mięsa gotowane mielone lub sporządzane z masy mielonej najlepiej podawać z sosami.

PRODUKTY ZALECANE, ZALECANE W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH ORAZ PRZECIWWSKAZANE W DIECIE PAPKOWATEJ:

Produkty i potrawy	Zalecane	Zalecane w umiarkowanych ilościach	Przeciwwskazane
Napoje	Mleko świeże ukwaszone, jogurt, kefir, maślanka, serwatka, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z mlekiem, słaba herbata, herbata owocowa, herbata ziołowa, soki owocowe, napoje mleczno-warzywne, mleczno-owocowe, wody mineralne niegazowane	Słaba kawa naturalna z mlekiem	Alkoholowe, mocne kakao, płynna czekolada, mocna kawa, mocna herbata, zbyt kwaśne przetwory z mleka, wody gazowane

Literatura:

M. Jarosz. *Zasady prawidłowego żywienia w szpitalach*. IŻŻ, 2011,
M. Jarosz. *Praktyczny podręcznik dietetyki*. IŻŻ, 2011,
H. Ciborowska, A. Rudnicka *Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka*. PZWL 2015.
Narodowe Centrum Edukacji Żywniowej (www.ncez.pzh.gov.pl)

Opracowała: mgr Sekuła Joanna



**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ
w Ropczycach**
Szpital Powiatowy w Sędziszowie Młp.

ul. Wyspiańskiego 14, 39-120 Sędziszów Młp. Tel; 0-17-22-20-839

Produkty i potrawy	Zalecane	Zalecane w umiarkowanych ilościach	Przeciwwskazane
Pieczywo	Pszenne- jasne, rozmoczone w mleku, herbacie, zupie, sucharki, biszkopty rozmoczone	Pieczywo półcukiernicze rozmoczone	Chleb żytni, razowy, nierozmoczony, pieczywo chrupkie, z otrębami, z dodatkiem słonecznika, soi
Dodatki do pieczywa	Masło, ser homogenizowany, pasty serowe, pasty z mięsa gotowanego, pasty z wędlin, pasty z ryb gotowanych, marmolada, miód	Margaryna miękka, pasty z jaj gotowanych, jaja na miękko, pasty z sera podpuszczkowego-łagodnego, pasty z ryb wędzonych, dżemy bez pestek	Wszystkie o stałej konsystencji, pikantne, tłuste wędliny, konserwy, pasztetowa, kiszka, smalec, ostre sery podpuszczkowe, sery Feta”, sery typu „Fromage”
Zupy i sosy gorące	Jarzynowe z dozwolonych warzyw, ziemniaczana, krupnik, owocowe, mleczne, wszystkie przetarte lub zmiksowane, zaprawiane mąką i śmietanką, zaciągane żółtkiem, zupy czyste, sosy łagodne: koperkowy, cytrynowy, pomidorowy, potrawkowy, beszamelowy, owocowe ze słodką śmietanką	Chudy rosół, buliony, kalafiorowa, pieczarkowa, zaprawiane mąką i śmietaną, zaciągane żółtkiem, przetarte lub zmiksowane	Wszystkie nieprzecierane, z nasion roślin strączkowych, zasmażane, pikantne, zaprawiane kwaśną śmietaną, na mocnych wywarach mięsnych, kostnych, grzybowych, zupy w proszku, sosy zawiesziste, tłuste- zasmażane, pikantne
Dodatki do zup	Kasze, ziemniaki puree, lane ciasto, grzanki rozmoczone	Makaron nitki, groszek ptyśiowy rozmoczony, kluski biszkoptowe	Kluski kładzione, grube makarony, łazanki, nasiona roślin strączkowych, jaja gotowane na twardo
Mięso, drób, podroby, ryby	Chuda cielęcina, młoda wołowina, królik, kurczak, indyk, chude ryby: dorsz, młody karp, pstrąg strumieniowy, sola, morszczuk, karmazyn, sandacz, flądra, lin, okoń, szczupak, mintaj- mięso gotowane, mielone, budynie, pulpety, potrawki z mięsem mielonym	Wołowina, schab, ryby morskie: makrela, sardynka, w postaci gotowanej, mielonej pulpetów, rolada gotowana z masy mięsnej, pieczeń duszona lub pieczona w folii lub pergaminie z masy mięsnej mielonej z wyżej wymienionych gatunków mięs	Tłuste gatunki: wieprzowina, baranina, gęsi, kaczki, tłuste ryby: węgorz, łosoś, sum, tołyga, potrawy smażone, pieczone oraz inne nierozdrobnione

Literatura:

M. Jarosz. Zasady prawidłowego żywienia w szpitalach. IZZ, 2011,
M. Jarosz. Praktyczny podręcznik dietetyki. IZZ, 2011,
H. Ciborowska, A. Rudnicka Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2015.
Narodowe Centrum Edukacji Żywniowej (www.ncez.pzh.gov.pl)

Opracowała: mgr Sekuła Joanna



**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ
w Ropczycach**
Szpital Powiatowy w Sędziszowie Młp.

ul. Wyspiańskiego 14, 39-120 Sędziszów Młp. Tel; 0-17-22-20-839

Produkty i potrawy	Zalecane	Zalecane w umiarkowanych ilościach	Przeciwwskazane
Potrawy półmięsne i bezmięsne	Budynie z mięsa, kasz i warzyw, risotto z sosem, kasze rozklejane	Makaron nitki z mięsem, pierogi leniwe	Zapiekanki z ziemniaków, mięsa i warzyw, makaronu i kasz, naleśniki, knedle, grube makarony, kluski ziemniaczane, wszystkie potrawy smażone na tłuszczu; placki ziemniaczane, kotlety ziemniaczane, krokiety, bigos, fasolka po bretońsku, pizza, lasagne, tarta, leczo
Tłuszcze	Masło, oleje: rzepakowy bezerukowy, sojowy, kukurydziany, oliwa z oliwek i inne bogate w WNKT i JNKT	Margaryny miękkie z obok wymienionych olejów	Smalec, słonina, boczek, łój, margaryny twarde
Warzywa	Młode, soczyste: marchew, dynia, kabaczki, patisony, pietruszka, seler, pomidory bez skórki, szpinak, groszek zielony, buraki, gotowane w postaci puree, rozdrobnione, z wody, podprawiane zawiesinami, oprószone mąką, budynie z warzyw, surowe soki	Kapustne, fasolka szparagowa, drobno starte surówki	Suche nasiona roślin strączkowych, sałata zielona, wszystkie w całości, grubo starte surówki
Ziemniaki	Gotowane, w postaci puree		Gotowane w całości, pieczone, smażone
Owoce	Dojrzałe, soczyste: jagodowe- przetarte, cytrusowe, brzoskwinie, morele, banany, wszystkie w postaci przecierów, jabłka pieczone, gotowane, w postaci soków	Wiśnie, winogrona bez pestek, śliwki i gruszki w postaci przecieru	Wszystkie w całości

Literatura:

M. Jarosz. Zasady prawidłowego żywienia w szpitalach. IŻŻ, 2011,

M. Jarosz. Praktyczny podręcznik dietetyki. IŻŻ, 2011,

H. Ciborowska, A. Rudnicka Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka. PZWL 2015.

Narodowe Centrum Edukacji Żywnieniowej (www.ncez.pzh.gov.pl)

Opracowała: mgr Sekuła Joanna



**ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ
w Ropczycach**
Szpital Powiatowy w Sędziszowie Młp.

ul. Wyspiańskiego 14, 39-120 Sędziszów Młp. Tel; 0-17-22-20-839

Produkty i potrawy	Zalecane	Zalecane w umiarkowanych ilościach	Przeciwwskazane
Desery	Kompoty, przetarte, kisiele, musy, budynie, galaretki owocowe, mleczne, suflety	Czekolada, kakao , kremy	Kompoty nieprzetarte, ciastka, wszystkie o stałej konsystencji
Przyprawy	Łagodne: sok z cytryny, kwasek cytrynowy, koperek zielony, pietruszka zielona, rzeżucha, melisa, majeranek, cynamon, wanilia, goździki	Sól, jarzynka, kminek, tymianek, bazylia, papryka słodka	Ostre: pieprz, papryka, ocet, musztarda, chili i inne ostre

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS W DIECIE PAPKOWATEJ:

ŚNIADANIE:

- Zupa mleczna z kaszą manną
- Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku
- Pasta z szynki i masła- zmiksowana
- Napój owocowy

II ŚNIADANIE:

- Herbata z mlekiem
- Bułka rozmoczona i jajko na miękko

OBIAD:

- Zupa koperkowa z lanym ciastem
- Budyń z mięsa
- Sos pomidorowy
- Papka z ziemniaków puree
- Szpinak
- Herbata z cytryną

PODWIECZOREK:

- Koktajl mleczno-owocowy

KOLACJA:

- Kawa zbożowa z mlekiem
- Papka z kaszy krakowskiej, twarogu i jabłka

Literatura:

M. Jarosz. *Zasady prawidłowego żywienia w szpitalach*. IŻŻ, 2011,
M. Jarosz. *Praktyczny podręcznik dietetyki*. IŻŻ, 2011,
H. Ciborowska, A. Rudnicka *Dietetyka. Żywnienie zdrowego i chorego człowieka*. PZWL 2015.
Narodowe Centrum Edukacji Żywnieniowej (www.ncez.pzh.gov.pl)

Opracowała: mgr Sekuła Joanna