Приложение

к приказу ГБУЗ «ГДБ»

от «29» марта 2021 г. № 68

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ЛЕЧЕБНОМУ ДИЕТИЧЕСКОМУ ПИТАНИЮ**

**Уважаемые родители!**

Диетотерапия является неотъемлемой частью лечебного процесса, так как при любом патологическом процессе в той или иной степени имеют место нарушения функционального состояния различных органов и систем. При этом принципы построения лечебных диет обусловливаются особенностями их воздействия на больной организм.

**Семидневное меню ГБУЗ «ГДБ» разработано исходя из физиологических потребностей ребенка относительно возраста и основано на среднесуточных наборах питания согласно СаНПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020 года.**

В ГБУЗ «ГДБ» могут быть назначены следующие специализированные диеты:

1. **ОВД- общий вариант диеты**

Назначается детям, не нуждающимся в специальном лечебном питании.

Целевое назначение: обеспечение возрастных физиологических потребностей ребенка в основных пищевых веществах и энергии.

Общая характеристика: диета полноценная по основным пищевым веществам (белки, жиры, углеводы) и энергетической ценности, представлена широким ассортиментом блюд из разнообразных мясных, рыбных и молочных продуктов, овощей и фруктов, круп, хлебобулочных изделий.

Кулинарная обработка (варка, тушение, запекание) и объем блюд соответствует возрасту детей.

Режим питания: прием пищи- 5-6 раз в день.

1. **ГА- гипоаллергенная диета**

Назначается детям, предрасположенным к аллергическим реакциям; детям с аллергическими заболеваниями в период ремиссии.

Целевое назначение: способствовать уменьшению антигенного воздействия пищи, создать условия для нормализации функционального состояния органов пищеварения.

Общая характеристика: содержание основных пищевых веществ и энергетическая ценность диеты соответствует физиологическим потребностям; исключаются продукты, обладающие повышенной сенсибилизирующей активностью, содержащие пищевые добавки (красители, консерванты, эмульгаторы), блюда со свойствами неспецифических раздражителей желудочно-кишечного тракта.

**Рекомендуется** (с учетом индивидуальной переносимости): крупы (кроме манной), кисломолочные продукты, неострые сорта сыра, постное мясо ( говядина, кролик, индейка), специализированные мясные консервы для детского питания; овощи (все виды капусты, кабачки, патиссоны, светлая тыква, зелень петрушки, укропа, молодой зеленый горошек, стручковая фасоль); фрукты, ягоды светлой окраски; соки из светлых фруктов и ягод для детского питания, разбавленные на 1/3 кипяченой водой, чай без ароматизаторов; топленное сливочное масло, рафинированное дезодорированное растительное масло, фруктоза, хлеб пшеничный, хлебцы зерновые, кукурузные, рисовые хлопья и палочки несладкие, простая сушка.

**Ограничиваются:** манная крупа, макаронные изделия, цельное молоко и сметана (только в блюдах), творог, йогурты с фруктовыми добавками, кура, ранние овощи (морковь, свекла, репа, лук, чеснок, огурцы, баклажаны) с предварительным вымачиваем; некоторые фрукты и ягоды (вишня, слива, черника, черная смородина, бананы, брусника, клюква, ежевика), отвар шиповника, сливочное масло, хлеб из муки высших сортов.

**Исключаются:** бульоны, острые, соленые, жареные блюда, копчености, пряности, колбасные и гастрономические изделия, печень рыбы, икра, морепродукты, яйца, сыры острые и плавленые, мороженное, майонез, кетчуп, из овощей- редька, редис, щавель, шпинат, томаты, болгарский перец, квашеная капуста, соленые и маринованные огурцы; из фруктов и ягод- цитрусовые, земляника, клубника, малина, виноград, абрикос, персик, гранат, облепиха, киви, ананас, арбуз, дыня, орехи, тугоплавкие жиры, маргарин, газированные фруктовые напитки, квас, кофе, какао, кисели; различные сладости (мед, шоколад, карамель, зефир, пастила, торты, кексы), свежая выпечка.

Кулинарная обработка: пища готовится на пару, отваривается, запекается или тушится после отваривания, дается преимущественно в неизмельченном виде. Применяется предварительная специальная обработка некоторых продуктов (картофель, очищенный и предварительная специальная обработка некоторых продуктов (картофель, очищенный и мелко нарезанный, вымачивается в холодной воде в течение 12-14 часов, остальные овощи и крупы- в течение 1-2 часов, мясо подвергают двойному вывариванию). Температура блюд 20-60 град.

Режим питания: прием пищи 5-6 раз в сутки.

1. **БАЗ- базисная диета**

Назначается детям при выраженных аллергических реакциях, в период обострения аллергических заболеваний, при острых вирусных и бактериальных заболеваниях с поражением желудочно-кишечного тракта (в том числе при острых кишечных инфекциях).

Целевое назначение: уменьшение антигенного воздействия пищи, уменьшение воспалительных процессов желудочно-кишечного тракта; нормализация двигательной и всасывательной функции кишечника, секреторной деятельности пищеварительных желез путем максимального щажения слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта.

Общая характеристика: диета с содержанием основных пищевых веществ и энергетической ценности в соответствии с физиологической нормой, с ограничением стимуляторов перистальтики кишечника, механических, химических и термических раздражителей секреции органов пищеварения всех уровней, поваренной соли, с исключением продуктов и блюд, усиливающих брожение и гниение в кишечнике; исключаются продукты, обладающие повышенной сенсибилизирующей активностью, содержащие пищевые добавки (красители, консерванты, эмульгаторы), блюда со свойствами неспецифических раздражителей желудочно-кишечного тракта.

Рекомендуются: каши из всех круп (кроме пшенной и перловой) на воде, яйца (только в блюдах), супы слизистые крупяные, с разваренной вермишелью на слабом мясном и рыбном бульоне; мясо и рыба отварные в виде пюре, суфле, кнелей, фрикаделек, котлет; крепкий чай, отвар шиповника, овощи в период стихания обострения (кроме белокочанной капусты, репы, редьки, редиса, бобовых, чеснока, щавеля, шпината, свеклы) отварные , протертые или в виде суфле; сухой бисквит или печенье; масло сливочное и растительное (только в блюдо); хлеб пшеничный подсушенный.

Исключается: Резко ограничивается цельное молоко!!!, кисло-молочные напитки, овощи ( в любом виде в период обострения первые 3-5 дней), бульоны, острые, соленые , жареные блюда, копчености, пряности, колбасные и гастрономические изделия, печень рыбы, икра, морепродукты, яйца, сыры острые и плавленые, мороженное, майонез, кетчуп, из овощей- редька, редис, щавель, шпинат, томаты, болгарский перец, квашеная капуста, соленые и маринованные огурцы; из фруктов и ягод- цитрусовые, земляника, клубника, малина, виноград, абрикос, персик, гранат, облепиха, киви, ананас, арбуз, дыня, орехи, тугоплавкие жиры, маргарин, газированные фруктовые напитки, квас, кофе, какао, кисели; различные сладости (мед, шоколад, карамель, зефир, пастила, торты, кексы), копчености, соленья, маринады, сладости, свежая выпечка.

Кулинарная обработка: пища готовится на пару, отваривается, протирается (протертый вариант), пюрируется или не протирается (непротертый вариант). Температура блюд 20-60 град.

Режим питания: прием пищи 5-6 раз в день.