

## Стол №1

### Показания:

- язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии обострения и нестойкой ремиссии;
- острый гастрит;
- хронический гастрит с нормальной и высокой кислотностью в стадии нерезкого обострения;
- гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь.

Режим питания: 4-5 раз в день.

Срок назначения: не менее 2-3 месяцев.

### Продукты:

#	Рекомендовано	Исключить
Хлеб и выпечка	Хлеб белый пшеничный, вчерашний, подсушенный Сухой бисквит Сухое несдобное печенье	Черный хлеб Сдобные мучные изделия
Первые блюда	Супы из протертых круп, картофеля и овощей (кроме капусты) Молочные супы с вермишелью, лапшой, рисом, манной крупой	Мясные и рыбные бульоны Овощные и грибные навары
Мясо	Нежирные сорта мяса (говядина, телятина, курица, индейка, кролик) без сухожилий и жира в отварном и паровом виде, протертое Нежирное и нежесткое мясо куском Некрепкий студень	
Рыба	Нежирные сорта рыбы (судак, треска, серебристый хек, навага, ледяная рыба и др.) в отварном виде или куском Заливная рыба	
Крупы и каши	Различные крупы в виде каши, пюре, суфле, пудингов, варенные на воде и на пару. Отварная вермишель, домашняя лапша, макароны мелкорубленные	Пшено Бобовые (горох, фасоль, бобы, чечевица)
Молочные продукты	Молоко цельное и сгущенное Сливки Сметана (ограниченно) Простокваша однодневная Некислый протертый творог Творожное суфле Творожная масса	

<b>Овощи и зелень</b>	Любые овощи (кроме запрещенных) в отварном протертом виде	Капуста белокочанная и красная Репка, брюква Шпинат, щавель Редька, редис Чеснок, лук
<b>Фрукты</b>	Спелые фрукты и ягоды сладких сортов (свежие и приготовленные) Кисели, желе, муссы, компоты из свежих и сушеных фруктов	Кислые сорта ягод и фруктов
<b>Сладости</b>	Мёд, сахар, варенье	
<b>Напитки</b>	Отвар шиповника Некрепкий кофе Какао с молоком Чай с молоком или сливками Молочный кисель Сладкие фруктово-ягодные соки	Газированные напитки Алкоголь
<b>Яйца</b>	Яйца всмятку Паровые омлеты Яйца в блюдах	Яйца сырые
<b>Соусы и специи</b>	Соусы молочные, сметанные (на крупяном отваре и молоке) без пассеровки муки, фруктовые соусы	Острые приправы Маринады
<b>Жиры и масла</b>	Масло сливочное несоленое Масло подсолнечное и оливковое	Тугоплавкие жиры Маргарин
<b>Закуски</b>	Сыр неострый протертый Ветчина нежирная мелко нарезанная Икра	Жареные блюда Копчености Консервированные продукты Соления Грибы

#### Особенности питания:

Пищу подают в полужидком или желеобразном виде теплыми, мясные блюда и картофель без поджаривания. Ограничивают содержание поваренной соли.

## Стол № 1а

Модификация основного стола со строгим щажением слизистой оболочки желудка, которая предусматривает прием пищи в жидком, кашицеобразном и желеобразном виде.

#### Показания:

- язва желудка и двенадцатиперстной кишки (выраженное обострение);

- обострение хронического гастрита с выраженным болевым синдромом;
- состояние после желудочно-кишечного кровотечения (после строгой щадящей диеты).

**Режим питания:** 5-6 раз в день.

**Срок назначения:** несколько дней.

**Рекомендовано:**

- молоко, слизистые крупяные молочные супы с маслом;
- каши жидкие, протертые, молочные;
- яйца всмятку или паровые омлеты;
- паровые суфле из тощих сортов рыбы, мяса;
- сливочное несоленое или оливковое масло, сливки;
- кисели ягодные, фруктовые (некислые) и молочные, морковный, фруктовый соки, отвар шиповника, слабый чай с молоком.

Соль ограничивается до 5-8 г, жидкость – до 1,5 л. Дополнительно назначаются витамины А, С, группы В.

## **Стол № 16**

Назначается для осуществления плавного перехода от строгой щадящей к основной диете.

**Показания:** подострая фаза язвенной болезни и обострения гастрита.

**Режим питания:** 4-5 раз в день.

**Срок назначения:** несколько дней.

**Особенности питания и продукты:** Пищу готовят в пюреобразном виде, добавляют 75-100 г сухарей из белого хлеба высшего сорта, мясо и рыбу в виде котлет, кнелей, фрикаделек. Чаще дают протертые молочные каши. Супы молочные, крупяные.

Источник: <https://prokischechnik.info/profilaktika/pitanie/lechebnye-stoly-1-15.html>