

## Стол № 14

**Показания:** мочекаменная болезнь с камнями-фосфатами и щелочной реакцией мочи.

**Режим питания:** 5 раз в день.

**Срок назначения:** длительно.

**Продукты:**

#	Рекомендовано	Исключить
<b>Хлеб и выпечка</b>	Различные виды	
<b>Первые блюда</b>	На слабом мясном, рыбном, грибном бульонах с крупой, лапшой, бобовыми	Молочные, овощные и фруктовые
<b>Мясо</b>	Различные виды	Копчености
<b>Рыба</b>	Различные виды. Рыбные консервы – ограниченно	Соленая, копченая рыба
<b>Крупы и каши</b>	Любые в разнообразном приготовлении на воде, мясном, овощном бульоне.	Каши на молоке
<b>Молочные продукты</b>	Только немного сметаны в блюдах	Молоко, кисломолочные напитки, творог, сыр
<b>Овощи и зелень</b>	Зеленый горошек, тыква, грибы	Другие овощи и картофель
<b>Фрукты</b>	Кислые сорта яблок, клюква, брусника, компоты, желе и кисели из них.	Другие фрукты и ягоды
<b>Сладости</b>	Сахар, мед, кондитерские изделия, фруктовый лед	Сладкие блюда на молоке
<b>Напитки</b>	Некрепкий чай и кофе без молока. Отвар шиповника, морсы из клюквы или брусники	Фруктовые, ягодные и овощные соки
<b>Яйца</b>	В различном приготовлении и в блюдах 1 яйцо в день	
<b>Соусы и специи</b>	Не острые соусы на мясном, рыбном, грибном бульонах. Пряности в очень ограниченном количестве	Острые соусы, горчица, хрен, перец
<b>Жиры и масла</b>	Сливочное, коровье топленое и растительные	Сало, кулинарный жир
<b>Закуски</b>	Различные мясные, рыбные, из морепродуктов. Вымоченная сельдь. Икра.	Овощные салаты, винегреты, овощные консервы

**Особенности питания:**

Полноценный рацион с ограничением богатых кальцием и ощелачивающих продуктов.

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