

## Стол № 5

### Показания:

- хронический гепатит с доброкачественным и прогрессирующим течением;
- цирроз печени вне обострения;
- хронический холецистит;
- желчнокаменная болезнь;
- острый гепатит и холецистит в период выздоровления;
- другие заболевания, сопровождающиеся нарушением функции печени и желчных путей.

Режим питания: 5 раз в день.

Срок назначения: неограниченный.

### Продукты:

#	Рекомендовано	Исключить
<b>Хлеб и выпечка</b>	Хлеб вчерашний, белый, серый, несдобное печенье и булочки. Пироги с яблоками, джемом Черный хлеб (индивидуально)	Свежий хлеб Слоеное и сдобное тесто, жареные пирожки
<b>Первые блюда</b>	Овощные, крупяные на овощном отваре. Молочные с макаронами, фруктовые. Борщи и щи вегетарианские, свекольник.	Мясные, рыбные и грибные бульоны. Окрошка
<b>Мясо и рыба</b>	Мясо и птица средней жирности Говядина, кролик, куры, индейка, телятина — отварные куском, запеченные после отваривания куском, рубленые изделия на пару Рыба нежирная куском, в виде фрикаделек, суфле Заливная рыба Язык	Субпродукты Консервы Жареные блюда
<b>Крупы и каши</b>	Любые блюда из разных круп, особенно из гречневой, овсяной с добавлением творога, тертого сыра. Отварная вермишель. Плов с фруктами или морковью, запеканки рисо-морковные, рисо-яблочные и др.	Бобовые
<b>Молочные продукты</b>	Молоко в натуральном виде и в блюдах, Кефир, простокваша. Свежий нежирный творог,	

	паровые и запеченные блюда из него, творожная паста. Неострый тертый сыр Сметана как приправа к блюдам	
<b>Овощи и зелень</b>	Различные блюда и гарниры из сырых, вареных и запеченных овощей. Салаты из свежих овощей, винегреты (без лука). Некислая квашеная капуста. Овощи и гарниры. Зеленый горошек в супы Зелень петрушки, укропа, сельдерея.	Репа Редька Редис Грибы Шпинат Чеснок Маринованные овощи
<b>Фрукты</b>	Спелые сладкие ягоды и фрукты мягких сортов в натуральном виде и запеченные. Фруктово-ягодные пюре, кисели, муссы, желе, джемы. Фруктовые салаты	
<b>Сладости</b>	Сахар, мед, зефир	Шоколад, кремовые изделия, мороженое
<b>Напитки</b>	Фруктовые, ягодные, овощные соки, компоты, отвары шиповника	
<b>Яйца</b>	Белковые паровые омлеты	Желтки
<b>Соусы и специи</b>	Соусы на овощных и крупяных отварах, на молоке	
<b>Жиры и масла</b>	Масло сливочное и растительные жиры	
<b>Другое</b>	Докторская колбаса, молочные сосиски	Копчености Большинство колбасных изделий

#### Особенности питания:

Блюда в основном отваривают или запекают, после предварительной варки. Пища готовится преимущественно в неизмельченном виде. Муку и овощи для заправки не поджаривают, а подсушивают.

## Стол № 5а

#### Показания:

- острый гепатит и холецистит;
- обострении хронического гепатита, холецистита, цирроза печени.

**Режим питания:** 5 раз в день.

**Срок назначения:** несколько дней.

**Особенности питания:**

питание то же, что и при диете № 5, но следует употреблять больше содержащих белок продуктов.

**Ограничить:**

- продукты, содержащие жиры и углеводы;
- блюда, усиливающие процессы брожения и гниения в кишечнике;
- сильные стимуляторы желчеотделения и вещества, раздражающие печень.

Блюда готовят вареными, протертыми, подают в теплом виде.

Допускаются отдельные запеченные блюда из мяса и рыбы, предварительно отваренные, без корки.

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