

Стол № 6

Показания: подагра; мочекаменной болезни с камнями-уратами.

Режим питания: 4-5 раз в день.

Срок назначения: длительный.

Продукты:

#	Рекомендовано	Исключить
Хлеб и выпечка	Пшеничный и ржаной хлеб, из муки 1-го и 2-го сорта. Различные выпечные изделия, в том числе с включением молотых отрубей	Сдоба Слойки
Первые блюда	Вегетарианские: борщ, щи, овощные, картофельные, с добавлением круп, холодные (окрошка, свекольник), молочные, фруктовые.	Мясные, рыбные и грибные бульоны, из щавеля, шпината, бобовых
Мясо и рыба	Нежирные виды и сорта мяса и рыбы в отварном виде.	Печень, почки, язык, мозги, мясо молодых животных и птиц Колбасы Копчености Соленая рыба Мясные и рыбные консервы Икра
Крупы и каши	Любые блюда	Бобовые
Молочные продукты	Молоко Кисломолочные напитки Творог и блюда из него. Сметана. Сыр	Соленые сыры
Овощи и зелень	В повышенном количестве, сырые и в любой кулинарной обработке. Блюда из картофеля. Ограниченно соленые и маринованные	Грибы Свежие стручки бобовых Шпинат, щавель, ревень Капуста
Фрукты	В повышенном количестве фрукты и ягоды, свежие и при любой кулинарной обработке. Сухофрукты	Инжир Малина Клюква
Сладости	Мармелад, пастила, не шоколадные конфеты, варенье, мед, меренги Кремы и кисели молочные	Шоколад
Напитки	Чай с лимоном, молоком Кофе некрепкий с молоком Соки фруктов, ягод и овощей,	Какао Крепкие чай и кофе

	морсы, вода с соками Квас Отвары шиповника, пшеничных отрубей, сухофруктов	
Яйца	1 яйцо в день в любой кулинарной обработке	
Соусы и специи	На овощном отваре, томатный, сметанный, молочный. Лимонная кислота, ванилин, корица, лавровый лист. Укроп, зелень петрушки.	Соусы на мясном, рыбном, грибном бульонах. Перец, горчица, хрен
Жиры и масла	Сливочное, коровье топленое и растительные масла Ограниченно свиной жир	Говяжье, баранье сало, кулинарные жиры
Другое	Салаты из свежих и квашеных овощей, из фруктов Винегреты Икра овощная, кабачковая, баклажанная	Соленые закуски Копчености, консервы Икра рыб

Особенности питания:

Кулинарная обработка обычная, исключая обязательное отваривание мяса, птицы и рыбы.
Температура пищи обычная.

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