

	POSTGASTREKTOMİ DİYETİ	Doküman Kodu	DİY.FR.41
		Yayın Tarihi	22.03.2018
		Revizyon No	0
		Revizyon Tarihi	0
		Sayfa No	1

Besin**Önerilen Besinler****Sınırlanan Besinler****Süt ve Süt ürünleri**

Süt*, sade yoğurt , peynir

Sütlü karışımlar, çikolatalı
süt, tatlandırılmış yoğurt**Et ve Et grubu**Yağsız et, balık, kümes hayvanları,
Yumurta, kabuklu deniz ürünleriKızarmış, çiğnemesi güç
et, balık,salam, sosis
kurubaklagiller, kuruyemişler**Ekmek veTahıllar**Ekmek, karaker,makarna,
Beyaz undan yapılan kahvaltılık
GevrekPorsiyonunda 2 gramdan fazla
lif bulunan ekmek veya tahıllar,
kuru meyve, sert kabuklu yemişler
Hamur işleri**Sebzeler**Kabuksuz veya çekirdeksiz
Pişmiş sebzelerÇiğ sebzeler, brokoli, pancar,
karnabahar, lahanası, mısır**Meyveler**Şekersiz konserve meyve,
Muz, kavunŞekerli konserve meyve, çiğ meyve
kurutulmuş meyve, meyve suyu**İçecekler**Kafeinsiz kahve ve çay
Tatlandırıcı içecekler

Kafeinli,alkollü,şekerli içecekler

*Laktoz intoleransı durumunda tüketilmemelidir.

DİYETİSYEN