



ÜLSER D YET

Doküman Kodu	D Y.FR.21
Yayın Tarihi	08.01.2016
Revizyon Numarası	0
Revizyon Tarihi	0
Sayfa No	1/1

D YET N Z Y UYGULAYAB LMEN Z Ç N D KKAT EDECE N Z HUSUSLAR

- Yiyeceklerinizi yava yiyecekler, iyi çi neyiniz.
- Yiyecek ve içeceklerinizin çok sıcak veya çok so uk olmamasına dikkat ediniz.
- Az ve sık (günde 6 ö ün) yemek yiyecekler. Sakız çi nemeyiniz.
- Et suyu ve et suyu ile pi irilmi her türlü yemek ve çorbalarından sakınınız.
- Yeterli ve dengeli beslenebilmek için her yiyecek grubunun serbest olanlarından bir çe it yemeye özen gösteriniz.

Yiyecek Grubu	Serbest Yiyecekler	Yasaklanan Yiyecekler
çecekler	Süt, salep, ihlamur	Koyu çay, kahve kakao, neskafe, sütlü kahve, sütlü kakao, limonata, karbonatlı içecekler (gazoz, kola) hazır meyve suları, alkollü içecekler, soda.
Et, Balık, Kümes Hayvanları ,Yumur ta ve Peynir, Çorbalar	Ha lanmı , rafadan ve katı pi mi yumur ta süzgeçten geçirilmi sebze çorbaları, bu day unu, pirinç, mercimek unu, ehriye çorbaları	Ya da kızartılmı yumur ta ve her çe it peynir,hazır çorbalar, et suyu ile yapılmı çorbalar ve serbest çorbaların dı ndaki çorbalar yasaktır.
Tahıl ve Kuru Baklagiller	Beyaz ekmek, sade kraker, bisküvi, peksimet, pirinç, makarna, irmik, kuskus, eri te, ehriye	Sıcak ekmek, kepekli undan yapılmı , ekmekler, çe nilendirilmi kraker ve bisküviler, bütün kuru baklagiller (kurufasulye, nohut, mercimek vb) mısır, bulgur
Sebze ve Sebze Suları	Püre ekinde havuç, taze fasulye, pancar, bezelye, ıspanak, kabak, semiz otu pazı, patates, havuç	Di er bütün sebzeler, ya da kızartılmı sebzeler, cips, patates kızartması
Tatlılar	eker, süzölmü bal, reçel, sade lokum, sade akide ekeri, muhallebi, sütlaç, krema, komposto, jöleli tatlılar	Baharat ve yasak olan meyvelerden yapılmı tatlılar, ya da kızartılmı hamur tatlıları, tahin helvası, tahin pekmez, çikolata, çikolatalı tatlılar, kekler ve pastalar
Meyveler	Olgun muz, komposto ekinde kabuksuz pi irilmi elma, kayısı, eftali	Di er komposto ve di er çi meyveler
Çe ni Vericiler	Un, süt ve tuzdan yapılmı soslar	Bütün baharatlar, etsuyu, salamuralar, tur ular, salça, sirke, ketçap, hardal, so an, sarımsak, çemen, zeytin, kuru yemi ler, Hindistan cevizi,limon tuzu kurutulmu meyveler