



PANKREATİT DİYET ÖNERİLERİ

Doküman Kodu	DIY.FR.35
Yayın Tarihi	28.11.2017
Revizyon No	0
Revizyon Tarihi	0
Sayfa No	1

Hangi Besinleri Tüketmemeliyiz?

- Pasta, çikolata, krema, kaymak, hamur tatlıları, yağlı börek, çörekler
- Susam, tahin, helvalar
- Yağlı yiyecekler, yağda kızartmalar, yağlı etler, yağlı tavuk ve tavuğun derisi, yağlı balık
- Sucuk, salam, sosis, pastırma
- Pizza
- Peynir
- Sakatatlar (karaciğer, böbrek, beyin v.b.)
- Hayvani ve katı yağlar (kuyruk yağı, iç yağı, tereyağı)
- Yumurta ve yumurtalı her türlü yiyecekler
- Alkollü içkiler
- Kuruyemişler
- Baharatlı yiyecekler
- Kepekli ekmek, kuru baklagiller (kuru fasulye, nohut vb.)
- Gaz yapıcı yiyecekler (kuru baklagiller, kereviz, karnabahar, lahanaya gibi sebzeler)
- Çok yağlı peynirler
- Çay, kahve, kafein, enerji içecekleri, sigara

Tüketilmesinde Sakınca Olmayanlar

Salata, yulaf ezmesi, spagetti, pirinç, patates, tatlı patates, soyadan yapılan peynir, yoğurt, kırmızı şarap, taze meyve suyu, sebze suları ve çorbaları, tahıl ürünleri, kahverengi pirinç, piliç, soya sütü tüketilebilir.

Ara öğünlerde: Meyve, komposto, limonata, yağsız kek, sütlü tatlılar verilebilir. Sütlü tatlılar yağsız süttten yapılabilir.

Diyetinizi uygularken az az, sık sık beslenmeli ve bol su tüketmelisiniz.

DIYETİSYEN