



Zofia Wieczorek-Chełmińska

Zywienie

w chorobach wątroby,

dróg żółciowych

i trzustki



PZWL

mgr inż. Zofia Wieczorek-Chełmińska

Żywnienie w chorobach wątroby, dróg żółciowych i trzustki



Spis treści

Część ogólna

Zapotrzebowanie energetyczne	9
Składniki pokarmowe	10
Białka	10
Tłuszcze	12
Węglowodany	14
Witaminy	16
Składniki mineralne	18
Woda	20
Równowaga kwasowo-zasadowa	21
Ocena zdrowotna jakości produktów spożywczych	21
Produkty zbożowe	22
Mleko i sery	24
Ziemniaki	26
Warzywa i owoce	27
Nasiona roślin strączkowych	28
Tłuszcze	28
Mięso zwierząt rzeźnych, drobiu, ryb i jego przetwory	29
Jaja	29
Cukier i słodcyce	29

Żywienie w przewlekłych chorobach wątroby	30
Funkcje wątroby	30
Przewlekłe choroby wątroby wymagające leczenia dietetycznego	31
Leczenie dietetyczne w przewlekłych chorobach wątroby	32
Kamica żółciowa	39
Przewlekłe zapalenie trzustki	42
Dieta niskotłuszczowa z ograniczeniem błonnika	42
Wybrane zagadnienia z technologii sporządzania potraw	48
Miary gospodarcze	48
Naczynia kuchenne	48
Sposoby przyrządzania potraw	51

Część szczegółowa

Napoje	55
Chleb domowy	64
Dodatki do pieczywa	68
Przystawki	71
Zupy	87

Dodatki do zup	112	Warzywa gotowane	250
Potrawy z mięsa zwierząt rzeźnych, drobiu i ryb	115	Sosy	262
Potrawy z mięsa cielęcego i wołowego	117	Sosy zimne	263
Potrawy z drobiu, królików i dziczyzny	135	Sosy gorące	266
Potrawy z ryb	149	Sosy do potraw słodkich	272
Potrawy z niewielką ilością mięsa i ryb	163	Desery	275
Potrawy jarskie	200	Wypieki domowe	290
Potrawy z warzyw i ziemniaków	233	Piśmiennictwo	302
Surówki	237	Skorowidz potraw	305
Sałatki	243		