

## ISHRANA OSOBA SA BOLOVIMA ŽUČNE KESICE

U akutnom stadijumu kod bolova daje se samo malo ugljenihhidrata - zaslađena voda, voćni sokovi, čaj; kasnije se prelazi na kašastu i pasiranu hranu od ugljenihhidrata - krompir, pirinač, testenine, sve kuvano na mleku; pasirano povrće - spanać, keleraba, ili pasirano voće. Zatim se prelazi na obilniju ishranu. Ne sme se jesti prevruća hrana niti piti prevruća pića; treba jesti češće, manje obroke, nikada previše. Odmoriti posle jela

VRSTA HRANE	DOZVOLJENA HRANA	ZABRANJENA HRANA
mleko i mlečni proizvodi	obrano mleko, jogurt, kiselo mleko, svež kravljji sir	svi zreli i oštri sirevi, masni, ili sušeni, lički sir, kajmak
jaja	/	jaja
hleb, peciva, testenina	beli hleb – prepečen, dvopek, kifle, biskvit, perece, palačinke, sve kuvane testenine, kukuruzno brašno, pirinač	hleb i testo sa kvascem sa dosta putera i jaja
meso, riba, plodovi mora, supe	teletina, belo živinsko meso, riba, bela šunka; nemasna supa od mesa, supa od povrća u koju se mogu staviti sve vrste testenine, pirinča, griz	slanina, suvo meso, kobasice, pečeno i pohovano meso, svinjetina, govedina, divljač, masna pačestina, gušćja jetra, salama, hrenovke, konzerve, kavijar, sardine
povrće	krompir – pire kuvan u slanoj vodi, u ljusci, spanać, šargarepa, keleraba, špargla, blitva, paprika, preliveno uljem; zelena salata, blitva, cvekla – sve pripremljene sa limunovim sokom ili uljem	krompir pečen, restovan, grašak, rotkva, krastavci, kelj, kupus, repa
voće	sve vrste voća – kuvano, bez kore, voćni sokovi	dunje, dinje, lubenice, bademi, orasi, lešnici
ulje i masti	maslinovo, sojino, kukuruzno, suncokretovo ulje	svinjska i gušćija mast, margarin, loj
začini	svi začini	umak od belog luka, krastavaca i svi umaci od pečenja
slatkiši	marmelada, slatko, džem, med	šećer, med, marmelada, džem, torte, kolači, puding, sladoled, čokolada
pića	čaj, kakao, slabija kafa	sva alkoholna pića, posebno rakija i hladno pivo

Vaš,

MEDKOM

Braničevska 12a, Beograd t:011 3443781 3089187 t/f 3089186  
[medikom@eunet.rs](mailto:medikom@eunet.rs) [www.medikopoliklinika.com](http://www.medikopoliklinika.com)