

حمية قليل الملح

يقدم الطعام حسب قائمة طعام المرضى المعتمدة مع ملاحظة عدم وضع كيس ملح على الوجبات واستبدال الملح بالمنكهات الأخرى مثل الحامض والنباتات العشبية والخل وزيت الزيتون عند الطبخ يمنع تقديم الجبنة المالحة والزعتر



حمية السوائل الصافية

الماء، الشاي أو القهوة الخفيفة
مرقة الدجاج أو اللحم المصفاة
الأغذية الممنوعة: الحليب ومشتقاته، عصير الفاكهة غير مصفى، المانجا والجوافة، الكوكتيل، الصلصات، الشوربات الكاملة.



حمية قليل بكتيريا

يقدم الطعام المطبوخ أو المبستر فقط
تقدم علب الحليب والعصائر الصغيرة المبسترة
يقدم الموز، البطيخ، البرتقال فقط من الفاكهة
يمنع تقديم: المكسرات، الفواكه والخضار الطازجة، الزعتر



حمية السوائل الكاملة

حليب، لبن، حليب الشوكولاته، بوظة، كسترد، مهلبية، كريمة جلي، جميع عصائر الفواكه أو النكتار أو الكوكتيل
الشوربات المكثفة ومصفية مثل الحزر، الذرة، البروكلي، الخضار المطبوخة، كريمة الرز، كريمة القمح
الأغذية الممنوعة: اللبنة، الحليب والألبان المحتوية على المكسرات وقطع الفاكهة، قطع الخضار، جميع الأطعمة الصلبة



حمية حساسية القمح

يمنع تقديم خبز القمح، الشوفان، الشعير، البسكوت، المعكرونة، الفريكة، البرغل، الكعك، المعجنات، الشوربات الجاهزة، الكورن فليكس



حمية الخفيف

(تتميز بقلة محتواها من البهارات والالياف)

اللحوم والدجاج المسلوقة، الخضار المطبوخة، البسكوت الطري، خبز التوست أو الحماص، المعكرونة أو الارز المسلوقة
الموز، الأجاص بالإضافة الى ما ذكر في الحميات السابقة
الأغذية الممنوعة: البقوليات كالحمص والعدس والباريزلاء والفول، الذرة والفريكة والخضار والفاكهة الطازجة



حمية قليل بروتين

يقدم نوع واحد من مصادر البروتين على وجبة الغذاء ومصدرين لوجبة الفطور والعشاء، مصادر البروتين (بقوليات، بيض، حليب ومشتقاته، لحم أو تونة)



حمية الخفيف البارد

لبن او حليب او كوكتيل، عصير، كسترد، جلي، بوظة



حمية عالي بروتين

إضافة مصدر بروتين آخر لقوائم طعام المرضى مثل بيض، حليب ومشتقاته، لحم أو تونة، أو إضافة البقوليات بمقدار 60 غم.



حمية قليل الدهن

تمنع اللحوم الحمراء، المعجنات، الاجبان، الحليب والألبان كاملة الدسم، جميع أنواع الزيوت، المكسرات، المقالي، الحد من تقديم صفار البيض الى 3 مرات في الأسبوع، العصائر المصنعة



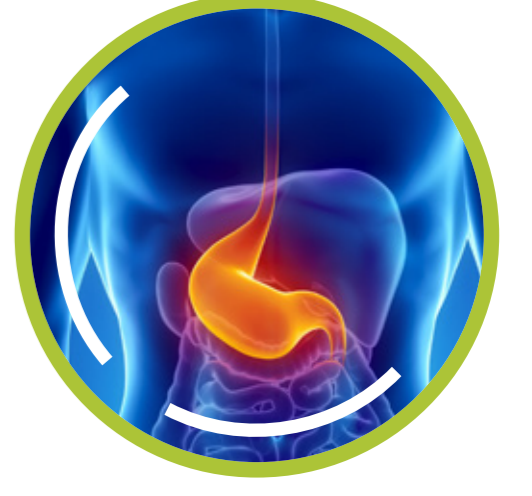
حمية عالي الألياف

إضافة سلطات الخضار والفاكهة الى جميع الوجبات
تقديم الخبز الأسمر بدلا عن الابيض
تقديم الشوفان أو البران فليكس بالإضافة الى وجبة الفطور
تقديم شوربة الشوفان أو الفريكة أو البرغل بالإضافة لوجبة الغذاء
تقديم الخبز الأسمر والبقوليات لوجبة العشاء مثل الفاصوليا بزيت اولوية أو فول بالإضافة للوجبة



حمية المعدة

يسمح بالطعام العادي باستثناء: البهارات والفلفل الابيض والاحمر والاسود، رب البندورة، الشاي، القهوة، الشوكولاته، المعجنات



حمية الغذاء اللين ميكانيكيا

(يقدم الطعام على شكل قطع صغيرة أو مهروس مطبوخ جيدا)

تشمل المعجنات الطرية، خبز التوست الطري أو الحماص
الارز الطري والمعكرونة، بطاطا بورية أو مسلوقة، الخضار المقشرة المطبوخة
عصائر الفاكهة، الموز، الفواكه مقطعة أو مبشورة لا تحتوي على بذور مثل الخوخ والاجاص واللحوم الطرية والبقوليات كالحمص المهروس وشوربة العدس والفريكة والذرة المطبوخة
الأغذية الممنوعة: الخبز المحمص أو الصلب، المكسرات والفاكهة المجففة، الذرة والحبوب الخشنه، الفاكهة مع القشرة القاسية، جوز الهند واللحوم القاسية



حمية الاكل المخلوط السائل

يتكون النظام من الأكل المطحون بالكامل أو السائل باستخدام الخلاط الكهربائي



حمية البوريه

تقدم الاغذية التالية بدون خبز: لبنة، حمص، لبن، مربي، جبنة قابلة للدهن، شوكولاته قابلة للدهن، كعك سادة بعد غمسها بالحليب أو الشاي، تقدم البطاطا مهروسة، الفواكه والخضار المسلوقة على شكل معجون، البودينغ، حلاوة السميد، شوربات مطبوخة مكثفة، خرات لحم بورية مع خضار، لحم او دجاج مطحون مع مرق.



الفطور	2 ملعقة حمص + 1 ملعقة مربي + بيضة مسلوقة + كورن فليكس مع كوب حليب + 2 خبز توست
الغذاء	كوب أرز + يخنة بطاطا + شوربة خضار + صدر دجاج طري غير محمر + كوب عصير
العشاء	2 ملعقة متبل + 2 ملعقة فلاحية بندورة + تونا + 2 خبز توست

لمزيد من المعلومات والاستفسار
 من الممكن التواصل مع قسم
 التغذية من خلال
 جوال: 0592444716
 رقم المكتب: 5710 أو 5709
 البريد الإلكتروني:
 muna.shakhshir@najah.edu
 b.ishraydeh@najah.edu

