

UNIwersytecki Szpital Kliniczny w Poznaniu	F-INFO_209	Wydanie 1/2026-02-09
DIETA ŁATWOSTRAWNA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - PAPPKOWATA		

Charakterystyka diety:

Dieta ta jest modyfikacją diety łatwo strawnej. Potrawy muszą być sporządzone tak, aby nie drażniły mechanicznie i termicznie miejsc chorobowo zmienionych. W przypadku wystąpienia ran w obrębie jamy ustnej i układu pokarmowego należy ograniczyć produkty kwaśne i ostre.

Jednostki chorobowe:

- W chorobach jamy ustnej i przełyku (rak przełyku, zapalenie jamy ustnej, zapalenie przełyku, zwężenie przełyku, żylaki przełyku)
- W przypadku utrudnionego gryzienia i przełykania (dysfagia w przebiegu udaru mózgu czy miastonii)
- W niektórych chorobach przebiegających z gorączką
- Po niektórych zabiegach chirurgicznych według zaleceń lekarza

Techniki sporządzania potraw:

Zalecane gotowanie w wodzie i na parze. Można również stosować duszenie bez obsmażania oraz pieczenie w folii / pergaminie. Konsystencja papki (zmiksowana, zblendowana) – gęstość dostosowana do możliwości pacjenta.

PRODUKTY	ZALECANE	ZALECANE W UMIARKOWANYCH ILOŚCIACH	PRZECIWWSKAZANE
NAPOJE	Mleko, jogurt, kefir, maślanka, serwatka, kawa zbożowa z mlekiem, herbata z mlekiem, słaba herbata, herbata owocowa, soki owocowe i warzywne, napoje mleczno – owocowe i warzywne, wody mineralne	Słaba kawa naturalna z mlekiem	Alkoholowe, mocne kakao, płynna czekolada, mocna kawa, zbyt kwaśne przetwory z mleka, wody gazowane, słodkie napoje gazowane typu cola
PIECZYWO	Chleb pszenny (w razie potrzeby bez skórki) – rozmoczony w mleku, herbacie, zupie, suchary i biszkopty rozmoczone		Chleb żytni, chleb razowy, nierozmoczony, pieczywo chrupkie, pieczywo z otrębami, z dodatkiem ziaren
DODATKI DO PIECZYWA	Masło, ser homogenizowany, pasty serowe, pasty z mięs gotowanych, pasty z wędlin, pasty z ryb gotowanych, marmolada, miód	Margaryna miękka, pasty z jaj gotowanych, dżemy bez pestek	Wszystko o konsystencji stałej, pikantne, tłuste wędliny, konserwy, smalec, pasztetowa, kaszanka, sery typu feta, fromage, żółte, topione, pleśniowe
ZUPY I SOSY GORĄCE	Jarzynowa, ziemniaczana, owocowa, mleczna, wszystkie przetarte lub zmiksowane, podprawiane zawiesiną z mąki i mleka, mąki i śmietanki, zaciągane żółtkiem, zupy czyste,	Chudy rosół	Wszystkie nieprzecierane, tłuste, zawiesiste, na wywarach: mięsnych, kostnych, grzybowych, zasmażane, zaprawiane śmietaną, pikantne, z warzyw kapustnych, strączkowych, grzybowa,

UNIERSYTECKI SZPITAL KLINICZNY W POZNANIU	F-INFO_209	Wydanie 1/2026-02-09
DIETA ŁATWOSTRAWNA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - PAPPKOWATA		

	mleczne sosy łagodne – koperkowy, cytrynowy, pomidorowy, potrawkowy, beszamelowy		buliony, mocne rosoły, zupy i sosy w proszku, sosy tłuste, zawiesiste, zasmażane, pikantne: cebulowy, grzybowy, serowy
DODATKI DO ZUP	Kasze drobne, ziemniaki puree, lane ciasto, grzanki rozmoczone, drobny makaron jasny, makaron ryżowy	groszek ptysiowy rozmoczony,	Kluski kładzione, grube makarony, kasze grube, nasiona roślin strączkowych,
MIĘSO, DRÓB, RYBY	Chuda cielęcina, wołowina, królik, drób bez skóry: kurczak, indyk, chude ryby: dorsz, pstrąg, karmazyn, sandacz, flądra, lin, okoń, szczupak, mintaj, pulpety, potrawki, mięso gotowane, mielone - rozdrobnione	Dziczyzna, chuda wieprzowina, ryby morskie: makrela, morszczuk, rolady gotowane z masy mięsnej	Tłuste gatunki, wieprzowina, baranina, gęsi, kaczki, kury, tłuste ryby: węgorz, karp, leszcz, łosoś, sum, śledzie, sardynki; potrawy wędzone, marynowane, smażone, pieczone w tradycyjny sposób oraz inne nierozdrobnione
TŁUSZCZE	Masło, oleje roślinne	Margaryny miękkie, śmietanka, śmietana	Smalec, słonina, boczek, łój, margaryny twarde
WARZYWA I ZIEMNIAKI	Marchew, dynia, kabaczki, pietruszka, patisony, seler, pomidory bez skórki, szpinak, cukinia, bataty, buraki - gotowane, rozdrabniane lub przetarte, w postaci puree, podprawiane zawiesinami, oprószone mąką, surowe soki, ziemniaki gotowane, w postaci puree		Cebula, czosnek, pory, suche nasiona roślin strączkowych, ogórki, brukiew, rzodkiewka, rzepa, kalarepa, warzywa w całości, warzywa w postaci surówek grubo startych, warzywa marynowane, sałatek z majonezem i musztardą, pikantne, frytki, ziemniaki gotowane w całości, smażone z tłuszczem, chipsy
OWOCE	Jagodowe - przetarte, brzoskwinie, morele, banany, wszystkie w postaci przecierów, jabłka – tarte i pieczone/gotowane	Wiśnie, winogrona bez pestek	Wszystkie w całości, cytrusy, pestkowe
DESERY	Kisiele, budynie, galaretki owocowe, mleczne, kompoty przetarte, musy, suflety, soki owocowe, przeciery owocowe	Czekolada, kakao, kremy	Tłuste ciasta, torty, desery z używkami, batony, chałwa, słodczyce zawierające orzechy, ciastka, wszystkie o stałej konsystencji
PRZYPRAWY	pietruszka nać, koper, majeranek, melisa, cynamon, wanilia, goździki	Sól, papryka słodka, estragon, bazylia, tymianek, kminek, cukier, sok z cytryny	Ostre: ocet, pieprz, papryka, chili, curry, musztarda, ziele angielskie, liść laurowy, gałka muszkatołowa, gorczyca i inne ostre