

Министерство образования и науки по делам молодежи
Кабардино-Балкарской республики
Государственное казённое образовательное учреждение среднего
профессионального образования
«Кабардино-Балкарский торгово-технологический колледж»



Школа передового опыта
Мастер-класс

Тема занятия: «Приготовление блюд лечебного питания»

г.Нальчик 2015 г.

Мастер п/о Беппаева Р.А.

Цель занятия: ознакомить слушателей с приемами приготовления, оформления и подачи блюд лечебного питания.

Задачи занятия: развить навыки приготовления блюд лечебного питания;

Оборудование: мясорубка с молочной решёткой, протирочный механизм, мельница для размолва круп, паровые кастрюли, холодильное оборудование, набор посуды и инвентаря (сито для протирания, веселки, венчики, мерная посуда), а также мармиты.

Межпредметные связи :

- Технология приготовления пиццы;
- Кулинария;
- Оборудование;
- Организация производства;
- Физиология питания и санитария.



Питание по специально разработанным диетам называется диетическим питанием. Под этим термином понимают питания в домах отдыха, санаториях, в столовых профессионально-технических

Разновидностью диетического питания является лечебное и лечебно-профилактическое питание.

Лечебное питание больных- это питание больных и выздоравливающих людей по специальным диетам, способствующим быстрейшему выздоровлению. Правильное питание играет огромную роль в жизни здорового человека, но особенно важно оно для человека больного.

При лечении многих заболеваний (желудочно-кишечного тракта, сердечнососудистой системы диабета), применение лекарств и других терапевтических средств бывает не достаточно. Только в сочетании с правильным питанием , соответствующим данному заболеванию , эти лечебные средства достигают нужной цели. Поэтому во всех больницах и санаториях вводится лечебное питание

Показания к диете №1

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии затухающего обострения, в период выздоровления и ремиссии (продолжительность диетического лечения 3-5 мес), острый гастрит в период выздоровления и в фазе реконвалесценции, хронический гастрит с секреторной недостаточностью в фазе обострения, хронический гастрит с нормальной и повышенной секрецией (продолжительность диетического лечения 3-5 мес. до полного купирования обострения)

Общая характеристика диеты

Применение диеты №1 направлено на обеспечение умеренного щажения желудка от механической, химической и температурной агрессии с ограничением в рационе блюд, обладающих выраженным раздражающим действием на стенки и рецепторный аппарат верхнего отдела желудочно-кишечного тракта, а также трудноперевариваемых продуктов. Исключают блюда, являющиеся сильными возбудителями секреции и химически раздражающие слизистую оболочку желудка. Из рациона исключаются как очень горячие, так и очень холодные блюда.

СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНЫЙ НА РИСОВОМ ОТВАРЕ

Рис с 1 1/2 стаканами воды сварить до готовности, протереть, смешать с вареным протертым картофелем и морковью, развести кипящим молоком, заправить желтком и маслом.

К супу-пюре рекомендуется подать мелкие гренки из белого хлеба.

*Картофеля - 100 г, моркови - 75 г,
риса - 30 г, масла - 20 г.*

Цель диеты № 2:

обеспечить полноценным питанием, умеренно стимулировать секреторную функцию органов пищеварения, нормализовать двигательную функцию желудочно-кишечного тракта.

Общая характеристика диеты:

физиологически полноценная диета с умеренным механическим щажением и умеренной стимуляцией секреции пищеварительных органов. Разрешены блюда разной степени измельчения и тепловой обработки - отварные, тушеные, запеченные, жареные без образования грубой корочки (не панировать в сухарях или муке). Протертые блюда - из продуктов, богатых соединительной тканью или клетчаткой. Исключают: продукты и блюда, которые долго задерживаются в желудке, трудно перевариваются, раздражают слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, очень холодные и горячие блюда.

Кнели рыбные из трески

- 110 г трески потрошенной,
- 1/4 яйца,
- 1/3 ч. л. сливочного крестьянского масла;

Для соуса:

- 1/2 ч. л. муки пшеничной,
- 1 1/2 ст. л. пастеризованного молока,
- соль.

Очищенное филе трески пропустить несколько раз через мясорубку с частой решеткой, влить соус, добавить желток и взбитые в крепкую пену белки, все аккуратно перемешать. Из полученной массы сформовать небольшие кнели, опустить их в сотейник с кипящей водой и варить на медленном огне до готовности.

Приготовление соуса. Муку спассеровать, влить тонкой струйкой горячее молоко, проварить на медленном огне.

Готовые кнели выложить на тарелку и полить маслом.



Диета №5, 5а

— Лечебное питание при болезнях печени и желчного пузыря

Хронические заболевания печени и желчных путей возникают как исход острых инфекций (эпидемический гепатит - болезнь Боткина, пищевые токсикоинфекции, грипп и т. д.) или как следствие длительного злоупотребления алкоголем, особенно на фоне беспорядочного питания и недостатка в рационе белковых продуктов и витаминов, обменных нарушений (желчнокаменная болезнь). Наиболее распространенными формами хронических поражений печени являются хронические гепатиты и хронические холециститы.

В меню входят следующие блюда и продукты :хлеб белый чёрствый, печенья овсяное , сыры неострые, сырые салаты из овощей.

Молочные продукты молоко простокваши на, некислая сметана, творог нежирный. Яйца-только белки, супы вегетарианские,, на овощных отварах без лука , борщи, супы овощные с крупами ,молочные , фруктовые. Нежирная говядина, телятина, мясо кролика, куры, индейка, рыба. Каши разной густоты, пудинги, запеканки ,макаронные изделия .

Все приготовленные блюда должны быть хорошо оформленными и возбуждать аппетит.

Фрикадели мясные паровые

На одну порцию - 125 г мяса (брутто), 20 г белого хлеба, 5 г сливочного масла, 1 г соли, 15 г воды.

Мясо очистить от сухожилий и жира, провернуть через мясорубку 2 раза, смешать с размягченным в воде и отжатым белым хлебом и снова провернуть 2 раза, посолить и хорошо взбить. Из котлетной массы сформовать шарики (по 10-12 шт. на порцию) и сварить на пару в паровой кастрюле или отварить в сотейнике, залив их теплой водой. Перед подачей полить фрикадели маслом. Соль добавляется в ограниченном количестве.



Диета № 7 – При заболеваниях почек

Общие сведения

- Показания к диете №7*

Острый диффузный гломерулонефрит, в период выздоровления (с 3-4-го дня от начала болезни), хронический нефрит вне обострения.

В первые 3-4 дня от начала заболевания рекомендовано проведение контрастных дней (сахарный, картофельный, тыквенный, арбузный дни).

Общая характеристика диеты №7

Диета с небольшим ограничением белков, физиологической нормой жиров и углеводов, исключением поваренной соли (пищу готовят без соли и не выдают соль больному). Жидкость ограничивают до 0,8 л. Исключают экстрактивные вещества. Повышено содержание витаминов. Режим питания дробный, 5–6 раз в день.

Кулинарная обработка - разнообразная (в отварном, паровом, запеченном виде, жаренье разрешается). Температура блюд обычная.

Представляет собой следующий после разгрузочных дней и диеты № 7б стол, целью которого является умеренное щажение функций почек. Этот стол является переходным этапом к повседневному питанию.

◦ **Рыба отварная с овощами.**

Требуется: 150–200 г филе морской или речной рыбы, 1 луковица, 1 морковь, 2 болгарских перца, 1/4 кабачка, зелень (петрушка) по вкусу.

Приготовление. В посуду положить кусочки филе, залить холодной водой, добавить петрушку, нарезанные кубиками морковь, репчатый лук, болгарский перец, 1/4 кабачка, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 15 мин. Соль добавить по вкусу непосредственно перед окончанием варки. Бульон может быть использован отдельно в качестве основы для диетических первых блюд. Блюдо можно по вкусу заправить томатным соусом. Перед подачей рыбу аккуратно выложить на тарелку, рядом положить овощи, посыпать мелко нарезанной зеленью и сразу подавать к столу.



Показания к диете №10

Пороки сердца, кардиосклероз, гипертоническая болезнь с не резко выраженными признаками недостаточности кровообращения.

- **Лечебное питание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.**

Представляет собой полноценную диету с ограничением потребления поваренной соли и жидкости. Эта диета нашла широкое применение и используется при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в состоянии компенсации и субкомпенсации, гипертонической болезни, атеросклерозе и заболеваниях почек.

Диета с ограничением поваренной соли и жидкости, веществ и напитков, возбуждающих деятельность ЦНС и сердечно-сосудистой системы и раздражающих почки (алкоголь, крепкий чай и кофе, острые, соленые закуски и приправы).



• Запеканка из творога с тыквой.

Требуется: 2 стакана молока, 1 стакан манной крупы, 4 яйца, 100 г творога, 500 г тыквы, топленое масло, сметана, сахар.

Приготовление. Вылить в кастрюлю 2 стакана молока, вскипятить и сварить вязкую манную кашу. Тыкву очистить, нарезать кусочками и поджарить на топленом масле до готовности. Добавить в манную кашу творог, тыкву, 3 яйца, сахар и все хорошо перемешать. Подготовленную массу выложить на смазанный маслом противень, поверхность выровнять и смазать яйцом. Противень поместить в разогретую духовку и запечь массу до готовности. Отдельно подать сметану.



Показания к диете №11

Туберкулез, период выздоровления после длительного тяжелого заболевания (выздоровление после пневмонии), истощение, малокровие (анемия). Назначается при специфических и неспецифических заболеваниях: туберкулезе костей или легких, лейкозах, анемиях различного происхождения, пониженном общем питании.

Целевое назначение диеты №11

Полное обеспечение потребности организма в белке, жире, углеводах и незаменимых факторах питания, активизация иммунобиологической защиты организма, повышение репаративных процессов в пораженном органе, укрепление защитных сил организма при выздоровлении и повышение его сопротивляемости к острым и хроническим инфекциям

•Кисель молочный.

Требуется: 200 мл молока, 20 г картофельного крахмала, 10 г сахара.

Приготовление. Предварительно развести картофельный крахмал в 25 мл холодного молока, непрерывно помешивая. Остальную часть молока довести до кипения, после чего добавить разведенный крахмал и сахар и постоянно помешивать. Кисель должен настояться, для чего его обычно помещают на 10–15 мин на водяную баню. Перед подачей кисель необходимо охладить до комнатной температуры.



Диета № 15

Показания к назначению.

Различные заболевания при отсутствии показаний к назначению специальной лечебной диеты при условии нормального состояния желудочно-кишечного тракта.

Целевое назначение. *Обеспечить питание больного, когда не требуется специальной лечебной диеты, в условиях снижения энергозатрат и невысокой потребности в энергетически емких продуктах.*

Общая характеристика. *Диету строят в основном по принципу физиологически полноценного питания для человека, не занимающегося физическим трудом, с нормальным количественным соотношением белков, жиров и углеводов, солей, но с удвоенным по сравнению с нормой содержанием витаминов и с исключением некоторых трудноусвояемых жирных и некоторых других пищевых продуктов. Режим питания дробный — 4—5 раз в день.*

•Винегрет с растительным маслом.

Требуется: 1 свекла, 1 морковь, 1 луковица, 100 г квашеной капусты, 3 клубня картофеля, 2 свежих огурца, 50 г растительного масла.

Приготовление. Отварить свеклу, морковь, картофель. Овощи остудить, очистить и нарезать мелкими кубиками. Добавить капусту и мелко нарезанные репчатый лук и свежие огурцы. Все овощи тщательно перемешать и заправить растительным маслом. Соль добавить по вкусу. По желанию перед подачей винегрет можно посыпать мелко нарезанной свежей зеленью. Блюдо может быть использовано при выздоровлении от нетяжелых инфекционных заболеваний. Квашеная капуста может быть исключена из состава блюда, если в диете рекомендовано ограничить употребление продуктов и блюд, приводящих к повышенному газообразованию.





***Спасибо за
внимание !!!***