**Dieta w zespole krótkiego jelita** (etap przystosowania jelita do spożywanego pokarmu)

**Etap I : Dieta kleikowa**

Wprowadzany jest:

- kleik z białego ryżu, kaszy manny, płatków owsianych

- zupa marchwianka (na żądanie)

W przypadku przedłużającej się biegunki, kleik, kleik z marchewką może być dosalany na żądanie.

**Etap II: Dieta kleikowa zmodyfikowana**

Jeżeli dieta kleikowa jest dobrze tolerowana przez pacjenta można stopniowo ją rozszerzać o następujące produkty:

- suchary,

- puree z ziemniaków i marchwi,

- odrobinę masła do kleiku,

- jabłko gotowane lub parowane,

- kisiel owocowy bez dodatku cukru.

ŚNIADANIE: słaby napar z czarnej herbaty bez cukru, kleik z dodatkiem masła + jabłko gotowane/parowane lub kleik z dodatkiem masła + suchary

OBIAD: puree z ziemniaków i marchwi + jabłko gotowane/parowane

KOLACJA: kleik z dodatkiem masła + jabłko parowane/gotowane lub kleik z dodatkiem masła + suchary

**Etap III: Dieta papkowata**

Jest wstępem do wprowadzenia diety łatwo strawnej z ograniczeniem podaży tłuszczu.

ŚNIADANIE: herbata czarna napar bez cukru, zupa na bazie chudego bulionu z ziemniakami, marchwią, selerem i pietruszką korzeń z filetem drobiowym lub kurczakiem lub pieczywo pszenne bez skórki lub suchary + twaróg i wędlina w formie zmielonej + pomidor bez skórki rozdrobniony+ pieczywo pszenne bez skórki lub suchary

OBIAD: Zupa na bazie chudego bulionu z ziemniakami, marchwią, selerem i pietruszką korzeń lub z dodatkiem warzyw sezonowych (cukinia, dynia) i filetem drobiowym

KOLACJA: herbata czarna napar bez cukru, zupa na bazie chudego bulionu z ziemniakami, marchwią, selerem i pietruszką z filetem drobiowym lub kurczakiem lub pieczywo pszenne bez skórki lub suchary + twaróg i wędlina w formie zmielonej+ sałata+ pieczywo pszenne bez skórki lub suchary

Sucharki należy moczyć w herbacie lub zupie.

**Przez cały okres stosowania diety kisiel lub suchary lub jabłko gotowane/parowane lub tarta marchewka z jabłkiem lub owoc sezonowy (brzoskwinia) lub jogurt naturalny na żądanie.**

Opracowała: Magdalena Grabarska – dietetyk

Wydanie I, 28.08.2025 r.