

CHẾ ĐỘ ĂN BỆNH SUY THẬN MÃ TÍNH GIAI ĐOẠN III-IV

I- **SÁNG:** (Chọn một trong những món sau hoặc chế biến tương tự).

1/ 02 lát bánh mì có phết bơ đủ ngon + 01 cốc nước trà loãng có đường + sữa đường loãng hoặc cà phê sữa có đường.

2/ Khoai lang, khoai sọ luộc chấm mật ong + 01 cốc trà loãng có đường.

3/ Bánh cuốn nóng 01 đĩa có loãng thoáng thịt ruốc hoặc ít giò lụa thái chỉ và hành mỡ

4/ Phở có nước béo loãng thoáng thịt, không bột ngọt, có gia vị và rau thơm.

5/ Bún rêu cua có nước béo (không bột ngọt).

II- **TRƯA HOẶC TỐI:** (Có thể đổi nhau được).

A- Cách 1:

1/ Cơm 01 bát (Cơm rang càng tốt).

2/ Khoai tây rán, ăn no.

3/ Canh cải các loại mỏng tươi, có ít tôm nõn hoặc tôm tươi.

4/ Cá nạc 01 lát mỏng hoặc vài lát thịt kho.

5/ Tráng miệng bằng quả ngọt.

B- Cách 2:

1/ Cơm 01 bát lưng.

2/ Miến dong xào giòn với tiêu sọ.

3/ Khoai sọ hầm nhừ với ít sườn hoặc thịt chân giò nửa nạc nửa mỡ (bỏ da), ăn khoai nhiều hơn thịt.

4/ Rau luộc hoặc rau sống- *Không ăn:* rau ngót, rau dền, rau muống hoặc rau rất ít.

5/ Trứng chiên ½ quả với khoai tây thái nhỏ.

6/ Tráng miệng bằng quả ngọt hoặc nước ngọt.

III- **GIỮA BUỔI** (Bữa phụ): Chọn một trong những món sau:

1/ Khoai luộc chấm đường, mật ong, mật mía.

2/ Bột sắn với đường.

3/ Bánh kẹo ngọt, bánh quỳ bơ, kem ngọt.

4/ Hoa quả ngọt: nhãn, mãng cầu, mít, sầu riêng, hồng xiêm, nho ngọt, dưa hấu, mía đường.

IV- **NƯỚC UỐNG THÊM HÀNG NGÀY BẰNG LƯỢNG NƯỚC TIỂU RA:**

1/ Nước lọc hoặc nước trà xanh, trà Lipton loãng có đường.

2/ Nước khoáng, nước ngọt, không uống nước chanh chua, không uống các loại rễ lá cây vì sẽ làm suy thận nhanh.

BAN GIÁM ĐỐC



Nguyễn Văn Là