

# Диета, ограниченная в фосфоре

## Избегать:

### Напитки

Perrier®, Coke®, Pepsi®  
(все кока-колы, диетич. и обычные)

### Хлеб, зерновые и крахмалы

Бисквиты  
Сдобные булочки  
Оладьи  
Вафли

Хлопья с отрубями

Cheerios  
Granola (гранола)  
Oatbran (овсяные отруби)  
Oatmeal (геркулес)

Хлеб из цельных зерен

Дикий рис (черный)

### Десерты

Все с шоколадом, орехами, кокосом

### Фрукты

Финики  
Чернослив  
Черносливовый сок

### Белковые продукты

Печень  
Орехи

### Супы

Супы на основе сливок и молока

### Овощи

Печеная фасоль  
Сушеная фасоль и горох  
Бобы лима  
Грибы

## Заменять на:

Ginger ale, 7-up®, фруктовые соды

Булочки  
Англ.сдобы



Корнфлекс, Rice Krispies  
(рисовые хлопья)

Каша рисовая или из пшеницы

Белый, франц. или итальянский хлеб

Белый рис

Сахарное печенье, щербет, ванильные вафли, желе, замороженный сок

Все остальное

Все остальное

Супы на основе бульона

Стрчковая фасоль  
Желтая фасоль



**Ограничьте потребление** – потребляйте в ограниченных количествах и при уровне фосфора ниже 6,0

**Молочные продукты**

Употребляйте 1\2 чашки в день одного из след.продуктов:

1. молоко
2. пуддинг
3. мороженное
4. йогурт



Сыр – 1 унция или ¼ чашки творога два раза в неделю

**Белковые продукты**

Желтки – дважды в неделю

Ореховое масло – 2 стол.ложки два раза в неделю



**Овощи**

Кукуруза или горошек – два раза в неделю



Food & Nutrition Services  
Translated by UMHS – ISP; Translation Division. 04/07; File #70.1