

## حمية غذائية محدودة الفوسفور

### استعمل بدلا منها

الجنجر آل ، السيفين أب® ، مشروبات ذات نكهة الفواكه

أقراص خبز العشاء  
الخبز الإنجليزي ( المفن )



الكورن فلكس و الأرز الكر يسبي

زبدة الأرز أو القمح

الخبز الأبيض الإيطالي أو الفرنسي

الأرز الأبيض

كعكات السكر أو شرائح الفانيليا  
أو الشراب المثلج أو الجيلي أو قضبان  
عصير الفواكه

كل ما عد ذلك

كل ما عد ذلك

الشوربات المعمولة من المرق



الفاصوليا الخضراء  
الفاصوليا الشمعية

### تجنب الأتي

المشروبات الغازية

الببير ، الكوك® ، البيبسي®  
( كل الكولا الصافية والعادية )

الخبز ، السيريال، والنشويات

البسكويت

الكعك ( المفن )

القطاير (البان كيك)

بسكويتات الوفل

سيريال النخالة

التشيربوز

الجرانولا

النخالة

الشوفان المجروش

خبز الحبوب الكاملة

الأرز البري

الحلويات

أي شيء مع الشوكولاته أو المكسرات أو كعكه زبدة جوز الهند

الفواكه

التمر

البرقوق المجفف

عصير البرقوق

الأغذية البروتينية

الكبد

المكسرات البندقية

الشورية

الكريمة، الشوربات المعمولة من الحليب

الخضروات

الفاصوليا المطهوه بالفرن

البازلاء المجففة و الفاصوليا

الفول الأخضر

الفقاع

حدد من الاستعمال - أستخدم كميات محدودة فقط، وأيضاً إذا كان معدل الفوسفور أقل من 6.0



### منتجات الحليب

استخدام نصف كوب في اليوم من إحدى هذه:

1. الحليب
2. الحلوى (البودنغ)
3. البوظة
4. الزبادي

الجبن - أوقيه جبن أو ربع كوب من جبن الكاتج مرتين بالأسبوع

### الأغذية البروتينية

صفار البيض مرتين بالأسبوع

زبدة الفول السوداني 2 ملاعق طعام مرتين بالأسبوع

### الخضار

الذرة والبازلاء - مرتين بالأسبوع



### PHOSPHORUS RESTRICTED DIET - ARABIC

Translated by UMHS – ISP  
Translation Division. 12/07

Patient Food and Nutrition Services  
UH-2C227/0056  
1500 E. Medical Center Dr.  
Ann Arbor, MI 48109-0056  
(734) 936-7527