

ZASADY żywienia dietetycznego W KAMICY NERKOWEJ

PRODUKTY ZABRONIONE
DOZWOLONE I ZALECANE

Produkty zabronione	Produkty, które należy ograniczać	Produkty zalecane
---------------------	-----------------------------------	-------------------

Kamica moczanowa

wątroba
mózdzek
cynaderki
mięso baranie
kawior
śledzie
sardynki
czekolada
kakao
kawa naturalna
mocna herbata
orzechy

mięso
(pozostałe gatunki)
ryby
wywary mięsne i rybne
produkty zbożowe

duża ilość płynów
wody mineralne
(Jan, Dąbrówka)
warzywa
owoce
cukier
masło w małych
ilościach
mleko, chudy ser
ziemniaki

Kamica szczawianowa

botwina
szpinak
szczaw
rabarbar
cytryny
suszone figi
czekolada
kakao
kawa naturalna
mocna herbata
ostre przyprawy
nasiona roślin
strączkowych

ziemniaki
marchew
buraki
zielony groszek
pomidory
koncentrat pomidorowy
śliwki
agrest
cukier
mleko

duże ilości płynów
mięso
ryby
jaja
kapusta
ogórki
sałata
cebula
owoce
(poza wymienionymi)
masło
produkty zbożowe

Kamica fosforanowa

nasiona roślin
strączkowych
alkaliczne wody
mineralne

ziemniaki
warzywa
owoce
mleko
jaja

duże ilości płynów
mięso
ryby
sery
chleb
kasze
(wszystkie gatunki)
makarony
masło