

Диеты  
по  
Певзнеру

Диеты Певзнера представляют собой систему лечебных меню, дифференцированных по разным группам заболеваний. Он был разработан советским ученым М. И. Певзнером.

Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1921 года. Тогда ученый создал специальную систему оздоровления организма. Диетические меню по Певзнеру до сих пор используются в различных медицинских центрах и санаториях для людей, проходящих лечение или выздоравливающих от различных заболеваний. Существует 15 лечебных диет по Певзнеру.

### **Диета № 1**

Первое диетическое меню Певзнера предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Рекомендуются следующие продукты:

- супы-пюре, супы-пюре из овощей, каша на хорошо вареном молоке;
- разрешены следующие мучные изделия: белый хлеб, печенье;
- вареное мясо, язык, печень, сыр, молоко и нежирные молочные напитки, вареные яйца или омлеты на пару, макароны, тушеное мясо, салаты из вареного мяса или овощей, паштет, рыбные котлеты, осетровая икра;
- разрешены следующие сладкие продукты: бже, мед, конфеты, фруктовое или ягодное пюре, желе.

Следующие продукты должны быть исключены:

- отвар из твердых овощей, грибной суп и суп и окрошка;
- любой свежий хлеб;
- жареная еда;
- вареные яйца;
- специи;
- листовые овощи;
- огурцы, редис, репа.

### **Диета № 2**

Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.

Список разрешенных продуктов и напитков включает в себя:

- Слабый чай с лимоном или молоком, яйца, приготовленные любым способом, но не жареные, молочные продукты; любые супы, но не острые.
- белый или черный хлеб, различные фрукты и овощи, маринованная скумбрия, морсы, супы на слабом бульоне.

Следующие продукты должны быть запрещены:

- все жареные продукты;
- соленые огурцы и маринады;
- любые копчености;
- лук, редис, рис, фасоль, грибы, чеснок;
- сладкие соки и ягоды.

### **Диета № 3**

Эта диета предназначена для лечения кишечных заболеваний, сопровождающихся запорами.

- Рекомендуется употреблять следующие продукты: вареные яйца (по два яйца в день), все виды овощей, кроме запрещенных; пшеничный хлеб, сухофрукты и овощи, печенье или хлебобулочные изделия, молочная каша, супы, напитки из свежего молока, сыр, творог и сливки.

Запрещено есть:

- жиры и рыба;
- кексы;
- картофель, грибы, редиска;
- копчености;
- шоколад;
- кофе и крепкий чай;
- кремовые продукты.

### **Диета № 4**

Четвертое диетическое меню Певзнера назначают людям, страдающим острым заболеванием кишечника, сопровождающимся тяжелой диареей. Существует также особый вариант этого варианта - диета Певзнера - 4А. Показан для пациентов с тяжелым колитом, характеризующимся преобладанием процессов брожения.

Придерживаясь этой диеты, пациент должен потреблять продукты с низким содержанием углеводов и жиров. Также запрещено употреблять пищу, которая вызывает процессы гниения и брожения в желудочно-кишечном тракте. В целом, диета состоит из пшеничного печенья, куриного или говяжьего бульона, каш гречневой, овса или риса, свежего сыра, яблочного пюре, черного кофе и зеленого чая.

Запрещено есть кексы, свежий хлеб, жирное мясо, яйца, молоко, молочные продукты, бобы, свежие фрукты и овощи. Пищу либо варят, либо парят, и принимают не менее 5-6 раз в день. Необходимо сочетать с постельным режимом.

### **Диета № 5**

Диета № 5 по Певзнеру очень популярно. Эта система питания подходит для тех, кто страдает заболеваниями печени, желчного пузыря и желчных протоков.

Список рекомендуемых продуктов включает постное мясо, курицу, рыбу, приготовленную на пару или вареную. Пациент может есть йогурт, молоко или сыр, но не более 200 г в день. Также разрешается ежедневно есть хлеб, макароны, пудинги. Пациент может есть зелень и овощи, ягоды и фрукты, сок, кофе и чай с молоком и маслом.

Категорически запрещается употреблять алкоголь и острую пищу, жареное, чрезмерно жирное мясо или рыбу, печень, овощи, чеснок, грибы и редиску.

### **Диета № 6**

Применяется при камнях в почках и подагре.

- Рекомендуемые продукты: вегетарианские супы и борщ, хлеб, мясо, молоко, птица и рыба - только те, которые не содержат много жира. Пациент не может съесть более одного перепелиного яйца или куриного в день. Различные зерновые, овощи, зерновые и фрукты в неограниченном количестве также разрешены; отруби и сухофрукты, соки, различные чаи, сливочное и растительное масло.

Запрещено есть:

- бульоны и крепкие супы;
- хлебобулочные изделия;
- колбасы и соленья;
- соленый сыр;

- щавель, грибы, капуста;
- консервированная икра и овощи;
- хрен и горчица;
- какао и кофе;
- сало.

## Диета № 7

Рекомендуется при хронических заболеваниях почек.

- Здесь рекомендуются следующие продукты: постный суп, не содержащие соли мучные изделия; мясо и птица; молоко и йогурт; всевозможные крупы, яйца, овощи после термической обработки, винегрет без солений; томатный или молочный соус; освежающий чай или кофе, фруктовые соки или овощной бульон, шиповник, несоленое масло.

Следующие продукты запрещены:

- крепкий бульон;
- жиры;
- консервы и икра;
- овощи;
- лук, грибы, соленые огурцы и дрожжевое тесто;
- шоколад;
- сало и другие жиры.

## Диета № 8

Рекомендуется при ожирении.

- Допускаются следующие продукты: ржаной или пшеничный хлеб, до 150 г в день постного мяса или птицы, 200 г в день рыбы с низким содержанием жира, вареных или вареных яиц; овощи, крупы или макаронные изделия, которые ограничены, сырые овощи, супы, ягоды, фрукты и несладкие фруктовые напитки, обезжиренные соусы, растительные масла.

Следующие продукты запрещены:

- хлебобулочные изделия, белый хлеб, выпечка;
- макароны и супы из них;

- крепкие бульоны;
- бобы;
- риса;
- рассолы;
- бананы, виноград;
- сухофрукты;
- жира;
- сладости и подслащенные соки.

### **Диета № 9**

Рекомендуется для пациентов с диабетом.

- Разрешено есть: хлеб, отруби; нежирная рыба, птица и мясо; одно яйцо в день, несоленое масло, макароны и крупы, которые следует ограничить; овощи, винегрет, кофе и чай.

Следующие продукты запрещены:

- кондитерские изделия, кондитерские изделия;
- обезжиренное мясо;
- желтки яиц;
- конфеты;
- пшеничные жиры;
- рис и пшеница;
- крепкий бульон;
- жирные или острые соусы;
- сладкий лимонад, виноградный сок.

### **Диета № 10**

Рекомендуется для пациентов с заболеваниями сердца и сосудов.

- В меню могут быть включены следующие продукты: злаки, хлеб, курица, индейка, говядина, молоко или растительное масло, всевозможные фрукты и овощи, отвар шиповника, чайный настой.

Следующие продукты запрещены:

- бобы

- кислая капуста и яблоки;
- рыба и жирное мясо.

### **Диета № 11**

Рекомендуется при туберкулезе, анемии и пневмонии.

- В меню могут быть включены следующие продукты: хлопья и макароны, йогурт, растительное масло и масло, молоко, сыр, кисломолочные продукты, овощи, яйца, пирожные, печенье, ржаной хлеб, бобы, мед, джем.
- Следующие продукты запрещены:
- жиры;
- выпечка;
- пряные жиры и соусы.

### **Диета № 12**

Рекомендуется при заболеваниях нервной системы.

- Рекомендуются следующие продукты: морепродукты, нежирные молочные продукты, крупы и макароны; овощи; фрукты, желе, соки, печенье, яйца.

Следующие продукты запрещены:

- свежий хлеб;
- жареная еда;
- жиры, соленые сыры;
- свиное сало;
- шоколад;
- пряные продукты;
- крепкий кофе, какао и чай.

### **Диета № 13**

Рекомендуется при обострении инфекционных заболеваний.

- В меню могут быть включены следующие продукты: овощи, кроме чеснока, лука, редиса, бобов и капусты; макароны, крупы, супы или каши, яйца, нежирные молочные напитки, вареные фрукты или ягоды или пюре, бульон, желе, компот.

Следующие продукты запрещены:

- жиры;
- свежий хлеб;
- жареные или вареные яйца;
- шоколад, джемы;
- острые копченые продукты;
- какао.

#### **Диета № 14**

Рекомендуется врачом для пациентов с камнями в мочевом пузыре.

- В меню могут быть включены следующие продукты: любой бульон, яйца, колбасы, ржаной хлеб, макароны и крупы, мед, ягодное пюре, рагу из шиповника.

Следующие продукты запрещены:

- супы;
- запеканка из овощей;
- все молочные продукты.

#### **Диета № 15**

Эффективен при распространенных заболеваниях, не требующих специальных блюд.

Рекомендуются следующие блюда: ягоды, зелень, овощи, фрукты, рыба, мясо, грибы, бобы, крупы и макароны, натуральные колбаски, любое масло, отруби, яйца, ржаной хлеб или пшеница.

Исключены только острая или жирная пища.

## **Вопросы для проверки знаний:**

### **1. Что представляют собой диеты по Певзнеру?**

Диеты Певзнера представляют собой систему лечебных меню, дифференцированных по разным группам заболеваний. Он был разработан советским ученым М. И. Певзнером.

### **2. Сколько времени известны диеты по Певзнеру?**

Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1921 года. Тогда ученый создал специальную систему оздоровления организма. Диетические меню по Певзнеру до сих пор используются в различных медицинских центрах и санаториях для людей, проходящих лечение или выздоравливающих от различных заболеваний.

### **3. Сколько диет по Певзнеру существует?**

Существует 15 лечебных диет по Певзнеру.

### **4. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 1 по Певзнеру?**

Первое диетическое меню Певзнера предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

### **5. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 1 по Певзнеру?**

Рекомендуются следующие продукты:

- супы-пюре, супы-пюре из овощей, каша на хорошо вареном молоке;
- разрешены следующие мучные изделия: белый хлеб, печенье;
- вареное мясо, язык, печень, сыр, молоко и нежирные молочные напитки, вареные яйца или омлеты на пару, макароны, тушеное мясо, салаты из вареного мяса или овощей, паштет, рыбные котлеты, осетровая икра;
- разрешены следующие сладкие продукты: безе, мед, конфеты, фруктовое или ягодное пюре, желе.

### **6. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 1 по Певзнеру?**

Следующие продукты должны быть исключены:

- отвар из твердых овощей, грибной суп и суп и окрошка;
- любой свежий хлеб;
- жареная еда;

- вареные яйца;
- специи;
- листовые овощи;
  - огурцы, редис, репа.

**7. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 2 по Певзнеру?**

Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.

**8. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 2 по Певзнеру?**

Список разрешенных продуктов и напитков включает в себя:

- Слабый чай с лимоном или молоком, яйца, приготовленные любым способом, но не жареные, молочные продукты; любые супы, но не острые.

белый или черный хлеб, различные фрукты и овощи, маринованная скумбрия, морсы, супы на слабом бульоне.

**9. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 2 по Певзнеру?**

Следующие продукты должны быть запрещены:

- все жареные продукты;
- соленые огурцы и маринады;
- любые копчености;
- лук, редис, рис, фасоль, грибы, чеснок;
- сладкие соки и ягоды.

**10. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 3 по Певзнеру?**

Эта диета предназначена для лечения кишечных заболеваний, сопровождающихся запорами.

**11. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете №3 по Певзнеру?**

Рекомендуется употреблять следующие продукты: вареные яйца (по два яйца в день), все виды овощей, кроме запрещенных; пшеничный хлеб,

сухофрукты и овощи, печенье или хлебобулочные изделия, молочная каша, супы, напитки из свежего молока, сыр, творог и сливки.

## **12. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 3 по Певзнеру?**

Запрещено есть:

- жиры и рыба;
- кексы;
- картофель, грибы, редиска;
- копчености;
- шоколад;
- кофе и крепкий чай;
- кремовые продукты.

## **13. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 4 по Певзнеру?**

Четвертое диетическое меню Певзнера назначают людям, страдающим острым заболеванием кишечника, сопровождающимся тяжелой диареей. Существует также особый вариант этого варианта - диета Певзнера - 4А. Показан для пациентов с тяжелым колитом, характеризующимся преобладанием процессов брожения.

## **14. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 4 по Певзнеру?**

Придерживаясь этой диеты, пациент должен потреблять продукты с низким содержанием углеводов и жиров. Также запрещено употреблять пищу, которая вызывает процессы гниения и брожения в желудочно-кишечном тракте. В целом, диета состоит из пшеничного печенья, куриного или говяжьего бульона, каш гречневой, овса или риса, свежего сыра, яблочного пюре, черного кофе и зеленого чая.

## **15. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 4 по Певзнеру?**

Запрещено есть кексы, свежий хлеб, жирное мясо, яйца, молоко, молочные продукты, бобы, свежие фрукты и овощи. Пищу либо варят, либо парят, и принимают не менее 5-6 раз в день. Необходимо сочетать с постельным режимом.

## **16. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 5 по Певзнеру?**

Диета № 5 по Певзнеру очень популярна. Эта система питания подходит для тех, кто страдает заболеваниями печени, желчного пузыря и желчных протоков.

**17. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 5 по Певзнеру?**

Список рекомендуемых продуктов включает постное мясо, курицу, рыбу, приготовленную на пару или вареную. Пациент может есть йогурт, молоко или сыр, но не более 200 г в день. Также разрешается ежедневно есть хлеб, макароны, пудинги. Пациент может есть зелень и овощи, ягоды и фрукты, сок, кофе и чай с молоком и маслом.

**18. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 5 по Певзнеру?**

Категорически запрещается употреблять алкоголь и острую пищу, жареное, чрезмерно жирное мясо или рыбу, печень, овощи, чеснок, грибы и редиску.

**19. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 6 по Певзнеру?**

Применяется при камнях в почках и подагре.

**20. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 6 по Певзнеру?**

Рекомендуемые продукты: вегетарианские супы и борщ, хлеб, мясо, молоко, птица и рыба - только те, которые не содержат много жира. Пациент не может съесть более одного перепелиного яйца или куриного в день. Различные зерновые, овощи, зерновые и фрукты в неограниченном количестве также разрешены; отруби и сухофрукты, соки, различные чаи, сливочное и растительное масло.

**21. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 6 по Певзнеру?**

Запрещено есть:

- бульоны и крепкие супы;
- хлебобулочные изделия;
- колбасы и соленья;
- соленый сыр;
- щавель, грибы, капуста;
- консервированная икра и овощи;

- хрен и горчица;
- какао и кофе;
- сало.

**22. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 7 по Певзнеру?**

Рекомендуется при хронических заболеваниях почек.

**23. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 7 по Певзнеру?**

Здесь рекомендуются следующие продукты: постный суп, не содержащие соли мучные изделия; мясо и птица; молоко и йогурт; всевозможные крупы, яйца, овощи после термической обработки, винегрет без солений; томатный или молочный соус; освежающий чай или кофе, фруктовые соки или овощной бульон, шиповник, несоленое масло.

**24. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 7 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- крепкий бульон;
- жира;
- консервы и икра;
- овощи;
- лук, грибы, соленые огурцы и дрожжевое тесто;
- шоколад;
- сало и другие жиры.

**25. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 8 по Певзнеру?**

Рекомендуется при ожирении.

**26. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 8 по Певзнеру?**

Допускаются следующие продукты: ржаной или пшеничный хлеб, до 150 г в день постного мяса или птицы, 200 г в день рыбы с низким содержанием жира, вареных или вареных яиц; овощи, крупы или макаронные изделия, которые

ограничены, сырые овощи, супы, ягоды, фрукты и несладкие фруктовые напитки, обезжиренные соусы, растительные масла.

**27. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 8 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- хлебобулочные изделия, белый хлеб, выпечка;
- макароны и супы из них;
- крепкие бульоны;
- бобы;
- риса;
- рассолы;
- бананы, виноград;
- сухофрукты;
- жира;
- сладости и подслащенные соки.

**28. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 9 по Певзнеру?**

Рекомендуется для пациентов с диабетом.

**29. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 9 по Певзнеру?**

Разрешено есть: хлеб, отруби; нежирная рыба, птица и мясо; одно яйцо в день, несоленое масло, макароны и крупы, которые следует ограничить; овощи, винегрет, кофе и чай.

**30. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 9 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- кондитерские изделия, кондитерские изделия;
- обезжиренное мясо;
- желтки яиц;
- конфеты;
- пшеничные жиры;

- рис и пшеница;
- крепкий бульон;
- жирные или острые соусы;
  - сладкий лимонад, виноградный сок.

**31. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 10 по Певзнеру?**

Рекомендуется для пациентов с заболеваниями сердца и сосудов.

**32. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 10 по Певзнеру?**

В меню могут быть включены следующие продукты: злаки, хлеб, курица, индейка, говядина, молоко или растительное масло, всевозможные фрукты и овощи, отвар шиповника, чайный настой.

**33. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 10 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- бобы
- кислая капуста и яблоки;
  - рыба и жирное мясо.

**34. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 11 по Певзнеру?**

Рекомендуется при туберкулезе, анемии и пневмонии.

**35. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 11 по Певзнеру?**

В меню могут быть включены следующие продукты: хлопья и макароны, йогурт, растительное масло и масло, молоко, сыр, кисломолочные продукты, овощи, яйца, пирожные, печенье, ржаной хлеб, бобы, мед, джем.

**36. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 11 по Певзнеру?**

- Следующие продукты запрещены:
- жиры;
- выпечка;
  - пряные жиры и соусы.

**37. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 12 по Певзнеру?**

Рекомендуется при заболеваниях нервной системы.

**38. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 12 по Певзнеру?**

Рекомендуются следующие продукты: морепродукты, нежирные молочные продукты, крупы и макароны; овощи; фрукты, желе, соки, печенье, яйца.

**39. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 12 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- свежий хлеб;
- жареная еда;
- жиры, соленые сыры;
- свиное сало;
- шоколад;
- пряные продукты;
  - крепкий кофе, какао и чай.

**40. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 13 по Певзнеру?**

Рекомендуется при обострении инфекционных заболеваний.

**41. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 13 по Певзнеру?**

В меню могут быть включены следующие продукты: овощи, кроме чеснока, лука, редиса, бобов и капусты; макароны, крупы, супы или каши, яйца, нежирные молочные напитки, вареные фрукты или ягоды или пюре, бульон, желе, компот.

**42. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 13 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- жиры;
- свежий хлеб;
- жареные или вареные яйца;

- шоколад, джемы;
- острые копченые продукты;
- какао.

**43. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 14 по Певзнеру?**

Рекомендуется врачом для пациентов с камнями в мочевом пузыре.

**44. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 14 по Певзнеру?**

В меню могут быть включены следующие продукты: любой бульон, яйца, колбасы, ржаной хлеб, макароны и крупы, мед, ягодное пюре, рагу из шиповника.

**45. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 14 по Певзнеру?**

Следующие продукты запрещены:

- супы;
- запеканка из овощей;
- все молочные продукты.

**46. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 15 по Певзнеру?**

Эффективен при распространенных заболеваниях, не требующих специальных блюд.

**47. Какие продукты рекомендованы к применению по Диете № 15 по Певзнеру?**

Рекомендуются следующие блюда: ягоды, зелень, овощи, фрукты, рыба, мясо, грибы, бобы, крупы и макароны, натуральные колбаски, любое масло, отруби, яйца, ржаной хлеб или пшеница.

**48. Какие продукты не рекомендованы к применению по Диете № 15 по Певзнеру?**

Исключены только острая или жирная пища.

## Тесты:

### 1. Что из себя представляют диеты по Певзнеру?

- a. \* Диеты Певзнера представляют собой систему лечебных меню, дифференцированных по разным группам заболеваний.
- b. Певзнер автор системы протоколов по терапии, дифференцированный для разных заболеваний.
- c. Диеты по Певзнеру это общая система диетического питания.
- d. Певзнер автор системы пищевых протоколов.
- e. Диеты Певзнера это система питания при желудочно-кишечных заболеваниях.

### 2. Сколько времени известны диеты по Певзнеру?

- a. \* Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1921 года.
- b. Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1941 года.
- c. Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1961 года.
- d. Лечебные меню Певзнера известны с прошлого века, точнее с 1981 года.
- e. Ни один ответ не верен.

### 3. Сколько диет по Певзнеру известно?

- a. \* Существует 15 диет по Певзнеру.
- b. Существует 25 диет по Певзнеру.
- c. Существует 5 диет по Певзнеру.
- d. Существует 35 диет по Певзнеру.
- e. Существует 11 диет по Певзнеру.

### 4. Пациентам с какими патологиями рекомендуется Диета № 1 по Певзнеру?

- a. \* Первое диетическое меню Певзнера предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- b. \* Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- c. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью.
- d. Эта диета предназначена кишечным заболеваниям, с запорами.
- e. Рекомендована при хронических заболеваниях почек.

### 5. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №1 по Певзнеру?

- a. \* супы-пюре, супы-пюре из овощей, каша на хорошо вареном молоке;
- b. \* разрешены следующие мучные изделия: белый хлеб, печенье;
- c. \* вареное мясо, язык, печень, сыр, молоко и нежирные молочные напитки, вареные яйца или омлеты на пару, макароны, тушеное мясо, салаты из вареного мяса или овощей, паштет, рыбные котлеты, осетровая икра;

- d. \*разрешены следующие сладкие продукты: бэзе, мед, конфеты, фруктовое или ягодное пюре, желе.
- e. Любой свежий хлеб.

**6. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №1 по Певзнеру?**

- a. \* отвар из твердых овощей, грибной суп и суп и окрошка;
- b. \* любой свежий хлеб;
- c. \* жареная еда;
- d. \* вареные яйца
- e. супы-пюре, супы-пюре из овощей, каша на хорошо вареном молоке.

**7. Пациентам с какими патологиями рекомендуется Диета № 2 по Певзнеру?**

- a. \* Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- b. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- c. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- d. Эта диета предназначена кишечным заболеваниям, с запорами.
- e. Рекомендована при хронических заболеваниях почек.

**8. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №2 по Певзнеру?**

- a. \* Слабый чай с лимоном или молоком, яйца, приготовленные любым способом, но не жареные, молочные продукты; любые супы, но не острые.
- b. \*белый или черный хлеб, различные фрукты и овощи, маринованная скумбрия, морсы, супы на слабом бульоне.
- c. Соления.
- d. Лук, редис, рис, грибы, чеснок.
- e. Сладкие соки и лесные ягоды.

**9. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №2 по Певзнеру?**

- a. \* все жареные продукты;
- b. \*соленые огурцы и маринады;
- c. \*любые копчености;
- d. \*лук, редис, рис, фасоль, грибы, чеснок;

- e. Слабый чай с лимоном или молоком, яйца, приготовленные любым способом, но не жареные, молочные продукты; любые супы, но не острые.

**10. Пациентам с какими патологиями рекомендуется Диета № 3 по Певзнеру?**

- a. \* Эта диета предназначена для лечения кишечных заболеваний, сопровождающихся запорами.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Рекомендована при хронических заболеваниях почек.

**11. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №3 по Певзнеру?**

- a. \*вареные яйца (по два яйца в день),
- b. \*все виды овощей;
- c. \*пшеничный хлеб, сухофрукты и овощи, печенье или хлебобулочные изделия,
- d. \*молочная каша, супы, напитки из свежего молока, сыр, творог и сливки.
- e. Картофель, грибы, ридис.

**12. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №3 по Певзнеру?**

- a. \* жиры и рыба;
- b. \*кексы; кофе и крепкий чай
- c. \*картофель, грибы, редиска;
- d. \*копчёности; шоколад;
- e. свежий хлеб.

**13. Пациентам с какими патологиями рекомендуется Диета № 4 по Певзнеру?**

- a. \* Четвертое диетическое меню Певзнера назначают людям, страдающим острым заболеванием кишечника, сопровождающимся тяжелой диареей.
- b. \*Существует также особый вариант этого варианта - диета Певзнера - 4А. Показан для пациентов с тяжелым колитом, характеризующимся преобладанием процессов брожения.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

е. Эта диета предназначена кишечным заболеваниям, с запорами.

**14. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №4 по Певзнеру?**

- а. \* пшеничного печенья,
- б. \*куриного или говяжьего бульона,
- с. \*каш гречневой, овса или риса, свежего сыра,
- д. \*яблочного пюре, черного кофе и зеленого чая.
- е. Свежие фрукты и овощи.

**15. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №4 по Певзнеру?**

- а. \* кексы, свежий хлеб,
- б. \*жирное мясо, яйца,
- с. \*молоко, молочные продукты,
- д. \*бобы, свежие фрукты и овощи.
- е. Продукты со сниженным содержанием жиров и углеводов.

**16. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 5 по Певзнеру?**

- а. \* Эта система питания подходит для тех, кто страдает заболеваниями печени, желчного пузыря и желчных протоков.
- б. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- с. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- д. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- е. Рекомендована при хронических заболеваниях почек.

**17. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №5 по Певзнеру?**

- а. \* мясо, курицу, рыбу,
- б. \*йогурт, молоко или сыр,
- с. \*хлеб, макароны, пудинги,
- д. \*зелень и овощи, ягоды и фрукты,
- е. Жирное мясо, рыба и печень.

**18. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №5 по Певзнеру?**

- а. \* алкоголь и острую пищу,
- б. \*жареное,
- с. \*чрезмерно жирное мясо или рыбу, печень,
- д. \*овощи, чеснок, грибы и редиску.
- е. мясо, курицу, рыбу.

**19. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 6 по Певзнеру?**

- а. \* Применяется при камнях в почках и подагре.

- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Рекомендована при хронических заболеваниях почек.

**20. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №6 по Певзнеру?**

- a. \* вегетарианские супы и борщ,
- b. \*хлеб, мясо, молоко, птица и рыба
- c. \*различные зерновые, овощи и фрукты;
- d. \*отруби и сухофрукты, соки, различные чаи
- e. Соления и колбасы.

**21. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №6 по Певзнеру?**

- a. \* бульоны и крепкие супы;
- b. \*хлебобулочные изделия;
- c. \*колбасы и соленья;
- d. \*щавель, грибы, капуста;
- e. Молоко и рыба.

**22. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 7 по Певзнеру?**

- a. \*Рекомендована при хронических заболеваниях почек.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**23. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №7 по Певзнеру?**

- a. \* постный суп;
- b. \*мясо и птица;
- c. \*молоко и йогурт;
- d. \*яйца, овощи, освежающий чай или кофе,
- e. Консервы и икра.

**24. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №7 по Певзнеру?**

- a. \* крепкий бульон;
- b. \*консервы и икра;
- c. \*лук, грибы, соленые огурцы и дрожжевое тесто;
- d. шоколад;
- e. мучные продукты без соли.

**25. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 8 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано при ожирении.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**26. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №8 по Певзнеру?**

- a. \* ржаной или пшеничный хлеб,
- b. \*до 150 г в день постного мяса или птицы, 200 г в день рыбы с низким содержанием жира;
- c. \*овощи, крупы или макаронные изделия,
- d. \*овощи, супы, ягоды, фрукты
- e. Мучные изделия, белый хлеб.

**27. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №8 по Певзнеру?**

- a. \* хлебобулочные изделия, белый хлеб, выпечка;
- b. \*макароны и супы из них; крепкие бульоны;
- c. \*бобы, рис,
- d. \*бананы, виноград, сухофрукты.
- e. Вареные яйца.

**28. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 9 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано пациентам с сахарным диабетом.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

е. Применяется при камнях в почках и подагре.

**29. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №9 по Певзнеру?**

- а. \* хлеб, отруби;
- б. \*нежирная рыба, птица и мясо;
- с. \*одно яйцо в день, овощи, винегрет, кофе и чай.
- д. Кондитерские изделия.
- е. Не жирное мясо.

**30. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №9 по Певзнеру?**

- а. \* кондитерские изделия, кондитерские изделия;
- б. \*обезжиренное мясо; желтки яиц;
- с. \*конфеты;
- д. \*рис и пшеница;
- е. Хлеб, отруби.

**31. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 10 по Певзнеру?**

- а. \* Рекомендуется для пациентов с заболеваниями сердца и сосудов.
- б. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- с. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- д. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- е. Применяется при камнях в почках и подагре.

**32. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №10 по Певзнеру?**

- а. \* злаки, хлеб,
- б. \*курица, индейка, говядина,
- с. \*молоко или растительное масло,
- д. \*всевозможные фрукты и овощи, отвар шиповника, чайный настой
- е. Рыба и жирное мясо.

**33. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №10 по Певзнеру?**

- а. \* фасоль.
- б. \* кислая капуста и яблоки.
- с. \* рыба и жирное мясо.
- д. Хлопья и свежий хлеб.
- е. курица, индейка, говядина.

**34. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 11 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано при туберкулезе, анемии и пневмонии.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**35. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №11 по Певзнеру?**

- a. \* хлопья и макароны,
- b. \*йогурт, растительное масло и масло, молоко, сыр, кисломолочные продукты,
- c. \*овощи, яйца,
- d. \*пирожные, печенье, ржаной хлеб, бобы, мед, джем.
- e. жиры.

**36. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №11 по Певзнеру?**

- a. \* жиры.
- b. \* кондитерские изделия.
- c. \* острые соусы.
- d. Яйца, овощи.
- e. Пирожные, печенье, ржаной хлеб.

**37. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 12 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано для заболеваний нервной системы.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**38. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №12 по Певзнеру?**

- a. \* морепродукты,
- b. \*нежирные молочные продукты, крупы и макароны;
- c. \*овощи; фрукты, желе,
- d. \*соки, печенье, яйца.
- e. Свежий хлеб.

**39. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №12 по Певзнеру?**

- a. \* свежий хлеб.
- b. \* жаренная еда.
- c. \* жиры, соленые сыры.
- d. \* сало.
- e. морепродукты.

**40. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 13 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано при обострении инфекционных заболеваний.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**41. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №13 по Певзнеру?**

- a. \* овощи, кроме чеснока, лука, редиса, бобов и капусты;
- b. \* макарон, крупы, супы или каши, яйца,
- c. \* нежирные молочные напитки,
- d. \* варенные фрукты или ягоды или пюре, бульон, желе, компот.
- e. Жаренные яйца.

**42. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №13 по Певзнеру?**

- a. \* жиры.
- b. \* свежий хлеб.
- c. \* жаренные яйца .
- d. \* шоколад, повидло.
- e. варенные фрукты или ягоды или пюре, бульон.

**43. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 14 по Певзнеру?**

- a. \* Рекомендовано пациентам с камнями желчного пузыря.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**44. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №14 по Певзнеру?**

- a. \* бульон.
- b. \* яйца, колбасы.
- c. \* ржаной хлеб, макарон и хлопья.

- d. \* мед, пюре фруктовое.
- e. Все молочные продукты.

**45. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №14 по Певзнеру?**

- a. \* супы.
- b. \* овощи с духовки.
- c. \* все молочные продукты.
- d. Любой бульон.
- e. Яйца, колбасы.

**46. Пациентам с какой патологией рекомендуется Диета № 15 по Певзнеру?**

- a. \*Для общих заболеваний, которые не нуждаются в особых предписаниях.
- b. Предназначен для пациентов с гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока.
- c. предназначено для людей, страдающих гастритом и язвой желудка.
- d. Он также используется в восстановительном периоде после операции на язве желудка и двенадцатиперстной кишки.
- e. Применяется при камнях в почках и подагре.

**47. Какие продукты рекомендованы для употребления при Диете №15 по Певзнеру?**

- a. \* ягоды, травы, фрукты, овощи.
- b. \* рыба, мясо.
- c. \* грибы, фасоль, макароны.
- d. \* натуральные колбасы, масло.
- e. Острые и жирные продукты

**48. Какие продукты не рекомендованы для употребления при Диете №15 по Певзнеру?**

- a. ягоды, травы, фрукты, овощи.
- b. рыба, мясо.
- c. грибы, фасоль, макароны.
- d. натуральные колбасы, масло.
- e. \*Острые и жирные продукты.