天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院

護腎顧營養-認識低蛋白點心(三)

低氮澱粉類

地瓜

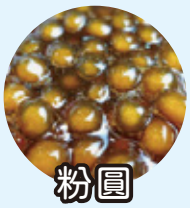
米苔目

粄條

冬粉

米粉

西谷米


粉圓

蓮藕粉

澄粉

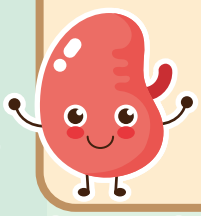
蕃薯粉

玉米粉

太白粉

粉皮

精緻糖類及油脂



砂糖

冰糖

蜂蜜

植物性油脂

一份點心食譜

1.炒冬粉
(乾冬粉15克、油5克)

2.藕粉羹
(蓮藕粉20克、糖5克)

3.蘿蔔糕一塊
(蘿蔔糕30克、油5克)

營養師小叮嚀：

1.慢性腎臟病第4-5期患者，每日蛋白質攝取量請諮詢營養師。

2.依營養師個別化建議，每日補充1-3份低蛋白點心。

互動遊戲:
尋找低蛋白點心

參考資料:彭巧珍等人.膳食療養學(6版).2021.08