

有營飲食 (二)

接受化療及放射治療的病人會因為治療的副作用而造成味覺改變、噁心、食慾不振等。因此，烹調方式多使用色、香、味的調配、用餐前有適度的活動，或食用少量開胃食物 (酸菜)、飲料 (如酸梅汁、果汁等)，亦可考慮用低脂、酸味或鹹味較強的食物來刺激食慾。

病人需要吸收足夠的營養補充身體需要，若進食不足夠，身體會消耗體內的脂肪及分解肌肉組織，以彌補熱量的不足，病人體重可能因而驟減，會削弱康復能力。因此，每天的食譜應包括五穀類、肉類、蔬菜、水果和奶類食品以維持飲食均衡。

早餐：
鮮果麥皮、低脂奶 /
法國多士、果汁 /
奄列、低脂奶



午餐：
水餃麵、菜



晚餐：
香橙魚柳、蒜蓉湯浸時菜



營養小食：
營養奶楊枝甘露 / 豆腐花

