

MANUAL

HUAP - UFF/HU BRASIL

Manual de Dietas Hospitalares

Versão: 2 | 2026



1. INTRODUÇÃO E OBJETIVO

A alimentação equilibrada é um importante recurso na prevenção e tratamento de diversas patologias. A dietoterapia adequada permite ofertar ao paciente os nutrientes adequados, considerando o tipo de doença e condições do indivíduo, sejam elas físicas, nutricionais ou psicológicas, permitindo desta forma manter ou recuperar seu estado nutricional.

A terapia nutricional instituída de forma apropriada às necessidades dos pacientes clínicos e cirúrgicos é fator fundamental para sua recuperação (Knobel, 2005). A prescrição médica realizada indica a via de administração da dieta (oral, enteral ou parenteral) e a prescrição nutricional, realizada pelo nutricionista, permite realizar as adequações em termos de consistência, número de refeições e alimentos ofertados, promovendo a individualização da conduta nutricional (Mahan & Raymond, 2018).

O presente Manual tem como objetivo principal descrever a padronização das dietas fornecidas aos pacientes adultos e pediátricos do Hospital Universitário Antônio Pedro, resumando os tipos de dieta oferecidos, suas características e indicações mais frequentes. É um instrumento de atuação do nutricionista na prática diária, mas também um guia de consulta para toda a equipe multiprofissional.

2. DEFINIÇÕES

1. Mistura nutritiva: preparação feita pela cozinha hospitalar, composta por leite batido com fruta e/ou outro saborizante e suplemento alimentar em pó, com objetivo de fornecer maior oferta calórico-proteica em dietas de menor consistência, como semilíquida ou líquida completa, bem como em outros casos que sejam recomendados pelo nutricionista;
2. Neutropenia: redução na contagem de neutrófilos na corrente sanguínea que promove maior risco de infecções por bactérias e fungos, podendo ser categorizada como leve (1000-1500 mCL), moderada (500-1000 mCL) ou grave (abaixo de 500 mCL);
3. PET-CT: exame de imagem que avalia metabolismo celular e anatomia, utilizado em oncologia, neurologia e cardiologia para avaliação de tumores, inflamações e causas de alteração no fluxo sanguíneo a partir de marcadores radioativos, como a FDG-glicose.

3. DESCRIÇÃO

O Manual é dividido em duas características de cardápios, que são: modificações de dietas quanto à consistência e a condições especiais.

As modificações de consistência da dieta relacionam-se à capacidade de mastigação e deglutição do paciente e suas condições clínicas associadas. As modificações qualitativas, necessárias em algumas patologias, permitem o ajuste de nutrientes que precisam ser reduzidos ou excluídos da alimentação.



Todas as dietas devem ser oferecidas na consistência mais adequada à aceitação e tolerância do paciente. Logo, os ajustes qualitativos devem ser adaptados a cada uma das consistências padronizadas.

3.1. Dietas padronizadas quanto à consistência

1. Normal

Objetivo: oferecer dieta saudável e equilibrada, sem restrições específicas de alimentos e/ou nutrientes.

Características:

- Com oferta normal de todos os alimentos e nutrientes;
- Sem alterações na consistência, com oferta de alimentos crus;
- Também pode ser chamada de dieta geral.

Indicações:

- Pacientes internados com patologias que não interferem na deglutição, mastigação, digestão ou absorção de nutrientes, ou que não demandem ajustes na composição nutricional.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos; chás; café.	Guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite, vitaminas de fruta, iogurte ou bebida láctea, queijos macios (minas, ricota ou creme de ricota, cottage, muçarela, prato) e requeijão.	Queijos mais gordurosos
Frutas	Frutas cruas (picadas ou inteiras), cozidas ou assadas Na forma de sucos ou vitaminas	-
Pães, biscoitos e cereais	Pães, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau, bolos simples.	Biscoitos recheados
Carnes	Carnes cozidas, assadas ou grelhadas	Alimentos fritos ou empanados Carnes enlatadas; embutidos (salsicha, linguiça, presunto, mortadela, etc)
Hortaliças	Cruas, cozidas, grelhadas ou assadas, amassadas ou liquidificadas em forma de purês ou suflês;	Empanadas ou fritas

Arroz, batatas e macarrão	Arroz branco; macarrão cozido; Batatas cozidas, assadas ou em purê	-
Leguminosas	Grãos cozidos e inteiros	-

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE	QUANTIDADE	QUANTIDADE
		Normocalórica	Hipocalórica	Hipercalórica
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (80 mL leite e 20 mL café)	1 copo (190 mL leite e 50 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)	1 sachê (5 g)	2 sachês (10g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	2 unidades (100 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)	4 colheres chá (20 g)
	Queijo Prato	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)	1 fatia grande (40 g)
	Pêra	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)
COLAÇÃO	Melancia	1 fatia pequena (120 g)	1 fatia pequena (120 g)	1 fatia pequena (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Salada de repolho roxo e tomate (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	1 colher de servir (70 g)
	Canjiquinha amarela (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	1 colher de servir (80 g)
	Escalope de carne ao molho	2 colheres de servir (120 g)	1 colher de servir (60 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Manga picada	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)
LANCHE	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (80 mL leite e 20 mL café)	1 copo (190 mL leite e 50 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)	1 sachê (5g)	2 sachês (10g)
	Biscoito salgado	4 unidades (25 g)	4 unidades (25 g)	8 unidades (50 g)
	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)

JANTAR	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Salada de alface com cenoura ralada (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Beterraba cozida picada (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	2 colheres de servir (80 g)
	Sobrecoxa de frango assada (com osso)	2 unidades médias (200g)	1 unidade média (100g)	2 unidades médias (200g)
	Salada de frutas	1 pote pequeno (120g)	1 pote pequeno (120g)	1 pote pequeno (120g)
CEIA	Suco de goiaba	1 copo (200 mL)	1 copo (100 mL)	1 copo (240 mL)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	2 unidades (100 g)
	Geleia	1 sachê (10g)	1 sachê (10g)	2 sachês (20g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Normal hipocalórica	1856,04	247,4	53,3	72,4	15,6	68,64	33,3	25,5
Normal normocalórica	2808,30	344,2	49,0	142,9	20,4	98,44	31,5	38,9
Normal hipercalórica	3452,76	484,9	56,2	37,73	16,0	110,7	28,9	52,8

2. Branda

Objetivo: Fornecer uma dieta com fibras abrandadas e com menor quantidade de agentes irritantes da mucosa gastrointestinal; e reduzir o esforço na digestão dos alimentos.

Características:

- Normal em todos os nutrientes com alimentos cozidos/macios;
- Fibras abrandadas e tecido conectivo modificado pela cocção ou ação mecânica;
- Atenuação da textura através da cocção de verduras/legumes/frutas e tecido conectivo de carnes com a finalidade de facilitar a mastigação/deglutição/digestão/absorção.

Indicações:

- Dificuldades mecânicas para mastigação/digestão;
- Presença de gastrite/ úlcera e outras dificuldades digestivas;
- Pré e pós-operatório imediato de diversos procedimentos cirúrgicos.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos; chás; café.	Guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite, vitaminas de fruta, iogurte ou bebida láctea, queijos macios (minas, ricota ou creme de ricota, cottage, muçarela, prato) e requeijão.	Queijos mais gordurosos
Frutas	Frutas cruas picadas, frutas macias inteiras; frutas cozidas ou assadas Na forma de sucos ou vitaminas	Inteiras, com casca e sementes, em preparações sólidas ou crocantes.
Pães, biscoitos e cereais	Pães macios, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau, bolos simples.	Biscoitos recheados
Carnes	Carnes cozidas, assadas ou grelhadas; picado em cubos ou lascas; carne moída ou desfiada; Carne, frango, peixe desfiado sem espinhas, ovos mexidos.	Cortes inteiros ou com ossos. Alimentos fritos ou empanados.
Hortaliças	Cozidas, grelhadas ou assadas, amassadas ou liquidificadas em forma de purês ou suflês;	Cruas e em pedaços grandes, com semente e/ou casca. Vegetais flatulentos devem ser evitados.
Arroz, batatas e macarrão	Arroz branco; macarrão cozido; Batatas cozidas, assadas ou em purê	-
Oleaginosas e grãos	Pasta de amendoim e outras sementes em forma de pasta.	Nozes, castanhas e sementes inteiras ou em pedaços.
Leguminosas	Grãos cozidos e inteiros	-

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE	QUANTIDADE	QUANTIDADE
		Normocalórica	Hipocalórica	Hipercalórica
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (80 mL leite e 20 mL café)	1 copo (190 mL leite e 50 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)	1 sachê (5 g)	2 sachês (10g)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	2 unidades (100 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)	4 colheres chá (20 g)

	Queijo Prato	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)	1 fatia grande (40 g)
	Pêra	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)
COLAÇÃO	Maçã picada	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Couve refogada (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	1 colher de servir (70 g)
	Batata assada (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	1 colher de servir (80 g)
	Cubos de carne ao molho madeira	2 colheres de servir (120 g)	1 colher de servir (60 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Melão picado	1 fatia grande (120 g)	1 fatia grande (120 g)	1 fatia grande (120 g)
LANCHE	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (80 mL leite e 20 mL café)	1 copo (190 mL leite e 50 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)	1 sachê (5g)	2 sachês (10g)
	Bolo de chocolate	1 fatia média (80 g)	1 fatia pequena (50g)	1 fatia grande (100 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)
	Feijão mulatinho cozido	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Chuchu picado com tomilho (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	2 colheres de servir (70 g)
	Pirão (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	2 colheres de servir (80 g)
	Filé de peixe ao forno	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)
	Tangerina	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)	1 unidade média (120g)
CEIA	Suco de goiaba	1 copo (200 mL)	1 copo (100 mL)	1 copo (240 mL)
	Biscoito salgado	4 unidades (25g)	4 unidades (25g)	8 unidades (50g)
	Geleia	1 sachê (10g)	1 sachê (10g)	2 sachês (20g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Branda hipocalórica	1941,2	239,3	49,3	75,7	15,6	79,3	36,8	25,1
Branda normocalórica	2803,7	356,4	50,8	126,1	18,0	100,5	32,3	41,2
Branda hipercalórica	3595,5	463,3	51,5	144,3	16,0	133,6	33,4	53,4

3. Pastosa

Objetivo: Oferecer pouco ou nenhum esforço para mastigar ou deglutir os alimentos, quando alimentos mais sólidos não são tolerados.

Características:

- Fornece quantidade de nutrientes adequada semelhante à da dieta branda;
- Os alimentos e preparações são apresentados na forma de purês, cremes, amassados e carnes subdivididas (trituras, desfiadas, moídas).

Indicações:

- Pacientes com dificuldades de mastigação e deglutição, na ausência de próteses dentárias ou dentição incompleta;
- Portadores de doenças neurológicas e estados mais graves de doenças crônicas como insuficiência cardíaca e respiratória;
- Repouso digestivo, sobretudo quando a função gastrointestinal está reduzida;
- Alterações anatômicas e pós-operatórias da boca e esôfago.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos; chás; café.	Milkshakes industrializados; guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite, vitaminas de fruta, iogurte ou bebida láctea, queijos macios (minas, ricota ou creme de ricota, cottage, muçarela, prato) e requeijão.	Iogurte com pedaços de frutas; queijos mais firmes.
Frutas	Na forma de sucos (de preferência sem coar), em vitaminas ou batidas com iogurte natural; frutas cruas macias e amassadas; papas de frutas cozidas, sem grumos;	Inteiras, com casca e sementes, em preparações sólidas ou crocantes.

Pães, biscoitos e cereais	Pães macios e sem casca, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau, bolos simples.	Pão duros, como pão francês ou com grãos e sementes; biscoitos amanteigados; biscoitos recheados; torradas.
Carnes	Carne moída, frango desfiado ou moído, peixe desfiado sem espinhas, ovos mexidos.	Cortes mais rígidos, em filé ou em cubos.
Hortaliças	Bem cozidas, amassadas ou liquidificadas em forma de purês ou suflês; em sopas liquidificadas ou sopas creme.	Cruas e em pedaços grandes, com semente e/ou casca.
Arroz, batatas e macarrão	Arroz papa; macarrão bem cozido (como cabelinho de anjo, macarrão para sopa).	Arroz cozido com consistência normal; macarrão al dente.
Oleaginosas e grãos	Pasta de amendoim e outras sementes em forma de pasta.	Nozes, castanhas e sementes inteiras ou em pedaços.
Leguminosas	Na forma de caldo ou feijão batido.	Cozidos e inteiros.

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE Normocalórica	QUANTIDADE Hipocalórica	QUANTIDADE Hipercalórica
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (80 mL leite e 20 mL café)	1 copo (190 mL leite e 50 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)	1 sachê (5 g)	2 sachês (10g)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	2 unidades (100 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)	4 colheres chá (20 g)
	Queijo Prato	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)	1 fatia grande (40 g)
	Creme de pêra	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120g)	1 pote pequeno (120g)
COLAÇÃO	Creme de melão	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco papa	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)
	Feijão preto pastoso	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Purê de berinjela com azeite (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	1 colher de servir (70 g)
	Purê de couve flor (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	1 colher de servir (80 g)

	Filé de peixe desfiado	2 colheres de servir (120 g)	1 colher de servir (60 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Creme de melão	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Vitamina de banana com aveia	1 copo (200 mL)	1 copo (100 mL)	1 copo (240 mL)
	Biscoito doce	4 unidades (25 g)	4 unidades (25 g)	8 unidades (50 g)
JANTAR	Arroz branco papa	2 colheres de servir (140g)	1 colher de servir rasa (70g)	3 colheres de servir (210g)
	Feijão carioca pastoso	1 concha média (100 g)	½ concha média (50 g)	1 e ½ concha média (150 g)
	Purê de chuchu (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)	3 colheres de sopa cheias (35 g)	2 colheres de servir (70 g)
	Polenta (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)	½ colher de servir (40 g)	2 colheres de servir (80 g)
	Frango desfiado	2 colheres de servir (120 g)	1 colher de servir (60 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Gelatina de morango	1 pote pequeno (120g)	1 pote pequeno (120g)	1 pote pequeno (120g)
CEIA	Mingau de mucilagem de milho	1 copo (200 mL)	1 copo (100 mL)	1 copo (240 mL)
	Suco de maracujá	1 copo (200 mL)	1 copo (100 mL)	1 copo (240 mL)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Pastosa hipocalórica	1564,8	209,1	53,5	64,6	16,5	54,9	31,6	22,1
Pastosa normocalórica	2332,8	326,5	56,0	112,5	19,3	66,4	25,6	37,1
Pastosa hipercalórica	3050,3	437,9	57,4	133,1	17,5	87,7	25,9	50,8

4. Semilíquida

Objetivo: Fornecer ao paciente uma dieta que permita minimizar o trabalho do trato gastrointestinal e a presença de resíduos no cólon.

Características:

- Dieta de transição entre a líquida completa e a branda ou pastosa;

- Contém preparações cremosas, líquidas, papas, purês e alimentos bem macios;
- Pode ser necessária a utilização de espessantes para ajuste de consistência de preparações e para oferta de água, nos casos de pacientes com disfagia para líquidos.

Indicações:

- Pacientes com alterações na mastigação e/ou deglutição;
- Disfagia;
- Pré e pós-operatórios;
- Outros transtornos gastrointestinais.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos; chás; vitaminas de fruta com cereal; iogurte desnatado ou batido com frutas.	Milkshakes industrializados, guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	In natura ou em preparações líquidas (bebidas lácteas, iogurtes líquidos), iogurte natural.	Preparações sólidas a base de leite, queijos.
Frutas	Na forma de sucos, vitaminas, batidas com iogurte natural; Papas de frutas, sem grumos (maçã cozida, pera cozida, manga);	Inteiras, com casca, em preparações sólidas ou crocantes.
Cereais	Farinha de aveia/linhaça e farinhas instantâneas em vitaminas; farinhas para mingaus.	Pães, biscoitos, arroz, tapioca, bolos.
Carnes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas.	Inteiras, desfiadas ou moídas, embutidos, ovo.
Legumes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas.	Inteiros, na forma de purês, crus, com casca.
Leguminosas	Na forma de caldo ou batido com poucos grãos, com consistência rala.	Em preparações cremosas ou com grão amassados.
Sobremesas	Picolés de fruta; gelatina, papas de fruta.	Cremosas ou sólidas.

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Mingau de amido de milho	1 copo (200 ml)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Creme de melão	1 pote pequeno (120 g)
COLAÇÃO	Creme de maçã cozida	1 pote pequeno (120 g)
	Mistura nutritiva	1 copo (200 ml)
ALMOÇO	Sopa com canjiquinha de milho, cenoura, abobrinha e carne (liquidificada)	1 pote (450 ml)
	Creme de manga	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Vitamina de morango com aveia	1 copo (200 mL)
	Suco de caju	1 copo (200 ml)
JANTAR	Sopa com inhame, milho, cenoura, espinafre e frango (liquidificada)	1 pote (450 ml)
	Gelatina de uva	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Mingau de mucilagem de arroz	1 copo (200 mL)
	Suco de goiaba	1 copo (200 mL)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Semilíquida	1873,8	239,3	51,1	97,2	20,7	61,9	29,7	22,3

5. Líquida Completa

Objetivo: Excluir a função mastigatória, facilitar a deglutição, digestão e absorção dos alimentos para pacientes que não podem ingerir alimentos sólidos.

Características:

- Contém alimentos na forma líquida e de substâncias que em contato com o líquido se dissolvem, conservando as características da dieta.
- É preferencialmente uma dieta de transição.

Indicações:

- Anorexia;
- Alteração na mastigação, digestão, disfagia ou lesões obstrutivas do trato gastrointestinal;



- Pré e pós-operatórios;
- Preparo de determinados exames.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas coados; água de coco; repositor de eletrólitos; suplementos e bebidas lácteas; leite desnatado; chás; vitaminas ralas; iogurte desnatado.	Milkshakes industrializados, achocolatados, guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	In natura ou em preparações líquidas (bebidas lácteas, iogurtes líquidos).	Preparações cremosas e sólidas a base de leite, queijos; iogurtes consistentes.
Frutas	Na forma de vitaminas ralas ou sucos.	Inteiras, com casca, em preparações cremosas (papa ou cremes) ou sólidas.
Cereais	Farinha de aveia e farinhas instantâneas em vitaminas; farinhas para mingaus. Com concentração máxima de 3 g (aproximadamente 1 colher de chá rasa) para cada 100 ml de líquido.	Pães, biscoitos, arroz, tapioca, bolos, cereais (farinhas) em preparações cremosas ou sólidas.
Carnes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas.	Inteiras, desfiadas ou moídas, embutidos, ovo.
Legumes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas.	Inteiros, na forma de purês, crus, com casca.
Leguminosas	Na forma de caldo.	Em preparações cremosas ou com grão amassados.
Sobremesas	Picolés de fruta; gelatina.	Cremosas ou sólidas.

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Suco de laranja	1 copo (200 ml)
COLAÇÃO	Creme de melão	1 pote pequeno (120 g)
	Mistura nutritiva coada	1 copo (200 ml)
ALMOÇO	Canja liquidificada	1 pote (450 ml)
	Creme de manga	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Mingau de mucilagem de arroz	1 copo (200 mL)

JANTAR	Suco de abacaxi com hortelã coado	1 copo (200 ml)
	Sopa com inhame, abóbora, chuchu, repolho e músculo liquidificada e coada	1 pote (450 ml)
	Gelatina de uva	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Mingau de aveia	1 copo (200 mL)
	Suco de maracujá	1 copo (200 mL)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Líquida completa	1522,7	252,1	66,2	38,7	10,2	44,9	26,6	20,9

6. Líquida fria

Objetivo: Excluir a função mastigatória, facilitar a deglutição, digestão e absorção dos alimentos para pacientes que não podem ingerir alimentos sólidos, após alguns tipos de cirurgias e procedimentos.

Características:

- Contém alimentos na forma líquida com temperatura fria ou gelada, para proporcionar conforto em pós-operatório imediato de procedimentos odontológicos, esofágicos e de otorrinolaringologia.
- É preferencialmente uma dieta de transição.

Indicações:

- Procedimentos odontológicos, como extração dentária;
- Procedimentos endoscópicos, como ligaduras elásticas de varizes esofagianas;
- Procedimentos otorrinolaringológicos, como mastoidectomia, septoplastia e amidalectomia.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas coados; água de coco; repositor de eletrólitos; suplementos e bebidas lácteas; leite desnatado; chás gelados; vitaminas ralas; iogurte desnatado.	Preparações em temperatura quente (café; café com leite) Guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	In natura ou em preparações líquidas (bebidas lácteas, iogurtes líquidos).	Preparações em temperatura quente (mingaus; café com leite);

		Preparações cremosas e sólidas a base de leite, queijos; iogurtes consistentes.
Frutas	Na forma de vitaminas ralas ou sucos.	Inteiras, com casca, em preparações cremosas (papa ou cremes) ou sólidas.
Cereais	Farinha de aveia e farinhas instantâneas em vitaminas; farinhas para mingaus apenas em preparações frias. Com concentração máxima de 3 g (aproximadamente 1 colher de chá rasa) para cada 100 ml de líquido.	Mingaus cozidos em temperatura quente. Pães, biscoitos, arroz, tapioca, bolos, cereais (farinhas) em preparações cremosas ou sólidas.
Carnes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas e frias.	Inteiras, desfiadas ou moídas, embutidos, ovo.
Legumes	Na forma de caldo ou em sopas liquidificadas e frias.	Inteiros, na forma de purês, crus, com casca.
Leguminosas	Na forma de caldo.	Em preparações cremosas ou com grão amassados.
Sobremesas	Picolés de fruta; gelatina.	Cremosas ou sólidas.

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Vitamina de banana com multicereais	1 copo (200 ml)
	Suco de laranja	1 copo (200 ml)
COLAÇÃO	Creme de pera	1 pote pequeno (120 g)
	Mistura nutritiva coada	1 copo (200 ml)
ALMOÇO	Sopa de ervilha, cenoura, batata, espinafre picado e músculo liquidificada, peneirada e fria	1 pote (450 ml)
	Gelatina	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Frozen de iogurte de morango	1 pote (170 g)
	Suco de goiaba	1 copo (200 ml)
JANTAR	Sopa com inhame, abóbora, chuchu, repolho e músculo liquidificada e coada	1 pote (450 ml)
	Creme de abacaxi cozido	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Mingau de mucilagem de arroz frio	1 copo (200 mL)
	Suco de maracujá	1 copo (200 mL)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Líquida fria	1828,52	243,1	51,2	96,3	21,1	59,5	29,3	22,9

7. Líquida sem Resíduos

Objetivo: Fornecer líquidos e eletrólitos via oral para evitar desidratação, evitar acidose, minimizar o trabalho do trato gastrointestinal e evitar resíduos no cólon.

Características:

- Possui reduzido valor nutricional, sendo considerada uma dieta de transição ou de reinício da oferta de alimentos por via oral.

Indicações:

- Pré e pós-operatórios
- Preparo de determinados exames, como colonoscopia.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas claros e coados; água de coco; chás.	Líquidos com leite
Leite e derivados	Nenhum	-
Frutas	Na forma de refrescos, sucos coados.	Inteiras, com casca, em preparações cremosas (papa ou cremes) ou sólidas.
Cereais	Nenhum	-
Carnes	Nenhum	-
Legumes	Caldo de cozimento de legumes	Inteiros, na forma de purês, crus, com casca.
Leguminosas	Nenhum	-
Sobremesas	Gelatina diet	Cremosas ou sólidas.

Exemplo de cardápio:

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Água de coco	1 copo (200 ml)
	Refresco de abacaxi	1 copo (200 ml)
COLAÇÃO	Refresco de caju	1 copo (200 ml)
ALMOÇO	Caldo de legumes	1 copo (200 ml)
	Refresco de maracujá	1 copo (200 ml)
	Gelatina diet	1 pote pequeno (70 g)
LANCHE	Refresco de laranja coado	1 copo (200 mL)
	Água de coco	1 copo (200 ml)
JANTAR	Caldo de legumes	1 copo (200 ml)
	Refresco de caju	1 copo (200 ml)
	Gelatina diet	1 pote pequeno (70 g)
CEIA	Suco de maracujá	1 copo (200 mL)
	Chá de erva cidreira	1 copo (200 mL)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Líquida sem resíduos	617,1	105,9	68,7	1,13	0,7	20,47	29,9	9,26

3.2. Dietas com modificações por condições especiais**3.2.1. Dieta hipossódica**

Objetivo: Oferecer dieta com reduzido teor de sódio.

Características:

- Alimentos e preparações com baixo teor de sódio, numa dieta com 2,4g de sódio/dia, normal em relação aos demais nutrientes.

Indicações:

- Hipertensão arterial sistêmica;
- Doenças cardiovasculares;
- Controle de ascite e edema.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Sucos naturais, chás, café com moderação.	Bebidas alcoólicas, milkshakes, achocolatados, guaraná natural, sucos de caixinha, refrigerantes (comum e diet), bebidas esportivas.
Leite e derivados	Leite ou iogurte desnatado ou semidesnatado; Vitaminas de fruta; Queijo minas frescal, ricota ou cottage; Manteiga em pequena quantidade.	Leite e iogurte integral; creme de leite; Queijos mais firmes e mais gordurosos (parmesão, prato, minas padrão, meia cura, cheddar, etc.), margarina.
Pães, biscoitos e cereais	Pães (de preferência integrais), biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau (aveia, arroz e amido de milho); cuscuz amarelo.	Biscoitos recheados e amanteigados; Biscoitos salgados de pacote e amanteigados.
Proteína animal	Cortes de carne vermelha com menos gordura: coxão mole, coxão duro, patinho, lagarto, musculo; Frango sem pele; Filé mignon suíno ou lombo suíno; Peixes e ovos. Preparações cozidas, grelhadas, assadas.	Cortes de carne mais gordurosos: acém, fraldinha, costela, carne seca; Frango com pele e pré temperado; Carré, costela suína, copa lombo; Embutidos (salsicha, linguiça, presunto, peito de peru, bacon). Preparações fritas ou à milanesa.
Hortaliças	Cozidas, assadas, grelhadas, no vapor; em sopas liquidificadas ou sopas creme.	Fritas ou à milanesa.
Oleaginosas e grãos	Pasta de amendoim em moderada quantidade Amendoim, nozes, castanhas e sementes inteiras ou em pedaços. Linhaça, chia.	Amendoim ou castanhas com coberturas de biscoito ou de chocolate; ou com sal.
Leguminosas	Feijões, lentilha, ervilha, grão de bico, soja, etc,	Cozidas com embutidos (carne seca, linguiça, paio, etc).

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão careca doce	1 unidade (50 g)
	Manteiga sem sal	2 colheres chá (10 g)
	Creme de ricota	1 colher e ½ de sopa (30 g)
	Pêra	1 unidade média (120 g)
COLAÇÃO	Banana	1 unidade grande (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Lentilha cozida	1 concha média (100 g)
	Alface crespa e repolho (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)
	Cenoura juliene cozida com orégano (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)
	Carne moída com molho de tomate	2 colheres de servir (120 g)
	Laranja	1 unidade pequena (120 g)
LANCHE	Canjica	1 copo (200 ml)
	Suco de goiaba	1 copo (200 ml)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Alface americana, acelga e rabanete ralado (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)
	Batata sauté (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)
	Estrogonofe de frango	1 concha média (120 g)
	Abacaxi	2 fatias pequenas (120 g)
CEIA	Vitamina de maçã cozida com canela	1 copo (200 mL)
	Biscoito doce	4 unidades (25 g)
	Manteiga sem sal	2 colheres chá (10 g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Hipossódica	2560,6	362,2	56,6	106,4	16,6	80,7	28,4	40,6

3.2.2. Dieta hipoglicídica (para Diabetes Mellitus)

Objetivo: Oferecer dieta com controle de carboidratos.

Características:

- Dieta normal em relação aos nutrientes, com restrição de açúcares simples e adequada em relação aos carboidratos complexos e demais nutrientes.

Indicações:

- Diabetes mellitus I e II;
- Outras situações de hiperglicemia (uso de doses elevadas de corticoides, por exemplo).

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Refresco de fruta (feito com uma porção de fruta e complementado com água); Chás, café com moderação.	Bebidas alcoólicas, milkshakes industrializados, achocolatados, guaraná natural, sucos de caixinha, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite ou iogurte desnatado ou semidesnatado; Vitaminas de fruta; Queijo minas frescal, ricota ou cottage.	Leite e iogurte integral; creme de leite; queijos mais firmes e mais gordurosos (parmesão, prato, minas padrão, meia cura, cheddar, etc.).
Frutas	Fruta inteira, de preferência com cascas e bagaços. Frutas secas sem açúcar em pequena quantidade (damasco, uva passa, etc).	Compotas, doces concentrados de fruta (como goiabada e bananada) e geleia de frutas com açúcar.
Pães, biscoitos e cereais	Pães (de preferência integrais), biscoitos salgados tipo cream cracker; biscoitos diet; farinhas para mingau (aveia, arroz e amido de milho); cuscuz amarelo.	Pães doces com creme; biscoitos amanteigados e recheados; biscoitos doces sem recheio; farinhas instantâneas com açúcar (farinha láctea, mucilon, neston, cremogema)

Proteína animal	Cortes de carne vermelha com menos gordura: coxão mole, coxão duro, patinho, lagarto, musculo; Frango sem pele; Filé mignon suíno ou lombo suíno; Peixes e ovos. Preparações cozidas, grelhadas, assadas.	Cortes de carne mais gordurosos: acém, fraldinha, costela, carne seca; Frango com pele e pré temperado; Carré, costela suína, copa lombo; Embutidos (salsicha, linguiça, presunto, peito de peru, bacon). Preparações fritas ou à milanesa.
Hortaliças	Cozidas, assadas, grelhadas, no vapor; em sopas liquidificadas ou sopas creme.	Fritas ou à milanesa.
Oleaginosas e grãos	Pasta de amendoim em pequena quantidade Amendoim, nozes, castanhas e sementes inteiras ou em pedaços. Linhaça, chia.	Amendoim ou castanhas com coberturas de biscoito ou de chocolate; ou com sal.
Leguminosas	Feijões, lentilha, ervilha, grão de bico, soja, etc,	Cozidas com embutidos (carne seca, linguiça, paio, etc).

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE (1600 KCAL)	QUANTIDADE (1800 KCAL)	QUANTIDADE (2000 KCAL)	QUANTIDADE (2500 KCAL)
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (130 ml de leite e 30 ml de café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)	2 colheres chá (10 g)
	Queijo minas	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)
	Mamão	-	1 fatia pequena (120 g)	1 fatia pequena (120 g)	1 fatia pequena (120 g)
COLAÇÃO	Banana	1 unidade grande (120 g)	1 unidade grande (120 g)	1 unidade grande (120 g)	1 unidade grande (120 g)
	Aveia em flocos	1 colher de chá cheia (5 g)	1 colher de chá cheia (5 g)	1 colher de chá cheia (5 g)	1 colher de chá cheia (5 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	2 colheres de servir (140g)

	Feijão preto cozido	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	1 concha média (100 g)
	Espinafre refogado com tomate (vegetal A/B)	½ colher de servir (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher e ½ de servir (105 g)	2 colheres de servir (140 g)
	Purê de cenoura (vegetal B/C)	½ colher de servir (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher e ½ de servir (105 g)	2 colheres de servir (140 g)
	Lascas de filé de frango assado	1 colher de servir (60 g)	1 colher de servir (60 g)	1 colher e ½ de servir (90 g)	2 colheres de servir (120 g)
	Azeite	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)
	Salada de frutas	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Café com leite	1 copo (130 ml de leite e 30 ml de café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Pão de forma integral	2 fatias (50 g)	2 fatias (50 g)	2 fatias (50 g)	2 fatias (50 g)
	Geleia <i>diet</i>	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	2 colheres de servir (140g)
	Feijão mulatinho cozido	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	1 concha média (100 g)
	Brócolis ao alho (vegetal A/B)	½ colher de servir (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher e ½ de servir (105 g)	2 colheres de servir (140 g)
	Chuchu bastão com tomilho (vegetal B/C)	½ colher de servir (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher e ½ de servir (105 g)	2 colheres de servir (140 g)
	Filé de peixe ao forno com molho de tomate e coentro	½ unidade média (60 g)	½ unidade média (60 g)	1 unidade pequena (90 g)	1 unidade média (120 g)
	Azeite	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)
	Caqui	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)
	Mingau de creme de arroz	1 copo (160 ml)	1 copo (200 ml)	1 copo (200 ml)	1 copo (200 ml)
CEIA					

Suco de abacaxi	1 copo (160 ml)	1 copo (200 ml)	1 copo (200 ml)	1 copo (200 ml)
-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Hipoglicídica 1600 kcal	1805,9	234,1	51,8	64,7	14,3	72,5	36,2	33,8
Hipoglicídica 1800 kcal	1948,37	259,2	53,2	69,2	14,2	76,6	35,4	39,3
Hipoglicídica 2000 kcal	2099,9	267,8	51,0	83,7	15,9	83,64	35,8	42,9
Hipoglicídica 2500 kcal	2507,8	329,4	52,5	106,37	17	91,5	32,8	57,2

3.2.3. Dieta hipolipídica

Objetivo: Oferecer dieta com baixo conteúdo de lipídios, para favorecer a recuperação de pacientes com determinadas patologias e melhorar tolerância à dieta em casos de síndromes disabsortivas.

Características:

- restrição de alimentos com maior teor de lipídios e oferta normal dos demais nutrientes, quando apropriado às patologias de base.

Indicações:

- Doenças pancreáticas, hepáticas e da vesícula biliar que cursem com má absorção de lipídios;
- Doenças que acometem o trato gastrointestinal que promovam síndromes disabsortivas: ressecções intestinais, doença de Crohn, HIV/AIDS, etc.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Café, chás, água de coco; sucos naturais.	Milkshakes, achocolatados, guaraná natural, sucos industrializados, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite/iogurte desnatado; Queijos com pouca gordura (minas frescal, ricota ou cottage); Requeijão light e creme de ricota light em pequenas quantidades.	Leite/iogurte integral; Creme de leite, catupiry; Queijos mais firmes e mais gordurosos (parmesão, prato, minas padrão, meia cura, cheddar, etc.); Manteiga e margarina.

Frutas	Frutas cruas, em sucos, em vitaminas ou com iogurte; Geleia de frutas (comum ou diet, para diabéticos).	Frutas mais gordurosas (abacate, buriti, açaí, coco).
Pães, biscoitos e cereais	Pães, torradas, biscoitos salgados tipo água; cuscuz; tapioca. Farinha de aveia ou aveia em flocos.	Biscoitos doces, wafer, amanteigados e recheados; Salgadinhos de pacote (Fandangos, Torcida) ou biscoito salgado amanteigado (Club Social).
Proteína animal	Cortes de carne com menos gordura, em preparações cozidas, grelhadas, assadas. <u>Carne vermelha</u> : coxão mole, coxão duro, patinho, lagarto, músculo; <u>Frango</u> : cortes preparados sem pele; <u>Porco</u> : filé mignon suíno ou lombo suíno; <u>Peixes e ovos (sem gemas)</u> .	Cortes de carne mais gordurosos, em preparações fritas ou à milanesa. <u>Carne vermelha</u> : acém, fraldinha, costela, carne seca, fígado e outras vísceras; <u>Frango</u> : preparado com pele; miúdos; <u>Porco</u> : carré, costela, copa lombo; <u>Embutidos</u> : salsicha, linguiça, presunto, peito de peru, bacon, salame; <u>Peixe</u> : sardinha e atum em conserva de óleo.
Hortaliças	Cozidas, assadas, grelhadas, no vapor; em sopas.	Fritas, gratinadas, com molhos gordurosos ou à milanesa.
Oleaginosas e grãos	Nenhuma.	Amendoim, nozes, castanhas <i>in natura</i> ou com coberturas de biscoito ou de chocolate; linhaça.
Leguminosas	Feijões, lentilha, ervilha, grão de bico, soja.	Cozidas com embutidos (carne seca, linguiça, paio, etc).

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite desnatado	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)
	Queijo ricota	1 fatia média (30 g)
	Melancia	1 fatia pequena (120 g)
COLAÇÃO	Melão picado	1 fatia grande (120 g)

ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Espinafre cozido (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)
	Batata calabresa ao vinagrete (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)
	Carne assada ao molho madeira	2 colheres de servir (120 g)
	Manga picada	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Café com leite desnatado	1 copo (200 ml)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)
	Queijo ricota	1 fatia média (30 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Beterraba brunoise com salsa (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)
	Cenoura e brócolis ao alho (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)
	Filé de peixe ao forno com molho de tomate e coentro	1 unidade média (120 g)
	Laranja	1 unidade pequena (120 g)
CEIA	Vitamina desnatada de banana	1 copo (200 ml)
	Mamão	1 fatia pequena (120 g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Hipolipídica	2332,1	322,9	55,4	128,0	22,0	61,7	23,8	37,3

3.2.4. Dieta laxativa

Objetivo: Oferecer uma dieta rica em fibras insolúveis para aumentar o volume fecal e estimular o peristaltismo intestinal.

Características:

- Dieta normal rica em alimentos com fibras que facilite o trânsito intestinal; restrita em alimentos e preparações que sejam predominantemente à base de carboidrato simples e de alimentos constipantes.

Indicações:

- Pacientes com constipação intestinal: frequência de evacuações menor que três vezes na semana e/ou fezes com consistência ressecada e de difícil passagem.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Vitaminas com frutas laxativas, café, sucos e refrescos; iogurte natural.	Guaraná natural, refrigerantes, chá mate e preto; refrescos de caju e goiaba.
Frutas	Frutas laxativas: Laranja, manga, pêssego, ameixa, fruta do conde, tangerina, melancia, morango, kiwi, abacate, mamão, figo, abacaxi.	Frutas constipantes: maçã sem casca, pera sem casca, banana, goiaba, caju.
Pães, biscoitos e cereais	Pão integral e torrada integral; Farelo de aveia, farelo de trigo, aveia em flocos, linhaça e chia.	Pão branco, biscoito maisena, farinha de arroz e amido e milho.
Hortaliças	Vegetais crus; legumes e verduras cozidos, grelhados, assados, em suflês e sopas. Vegetais laxativos: brócolis, espinafre, couve, almeirão, acelga, repolho, agrião, abóbora, beterraba, quiabo, entre outros.	Cruas e em pedaços grandes, com semente e/ou casca. Vegetais constipantes: cenoura cozida
Arroz, batatas e macarrão	Arroz integral e macarrão integral.	Constipantes: batata inglesa, aipim, batata doce, inhame, cará.
Leguminosas	Feijão, grão de bico, ervilha, lentilha, soja, etc.	Nenhuma.

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)
	Queijo minas	1 fatia média (30 g)
	Melão	1 fatia grande (120 g)
COLAÇÃO	Manga picada	1 pote pequeno (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)

	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Alface americana com pepino e manga (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)
	Berinjela à italiana (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)
	Picadinho de carne acebolado	2 colheres de servir (120 g)
	Mamão picado	1 fatia pequena (120 g)
LANCHE	Café com leite integral	1 copo (200 ml)
	Biscoito sal	4 unidades (25 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de chicória, beterraba, milho e salsa (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)
	Inhame sauté (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)
	Filé de frango grelhado com molho de tomate	1 unidade média (120 g)
	Ameixa	2 unidades médias (120 g)
CEIA	Mingau integral de multicereais	1 copo (200 ml)
	Mamão picado	1 fatia pequena (120 g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Laxativa	2444,76	314,1	51,4	124,3	20,3	80,5	29,6	40,24

3.2.5. Dieta constipante

Objetivo: Oferecer uma dieta rica em fibras solúveis e pobre em fibras insolúveis e resíduos para redução do volume fecal e do peristaltismo intestinal

Características:

- Dieta normal, pobre em alimentos ricos em fibras insolúveis e resíduos (especialmente a lactose).

Indicações:

- Pacientes com diarreia aguda ou crônica, decorrentes de pós-operatórios do trato gastrointestinal ou quadros clínicos que desencadeiam a diarreia, previamente conhecidos ou em investigação.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas constipantes (caju, goiaba); água de coco; chás; soro caseiro.	Milkshakes industrializados, achocolatados, guaraná natural, refrigerantes, café, sucos de caixa.
Leite e derivados	Leite desnatado ou semidesnatado, vitaminas de fruta, queijos (minas, ricota ou cottage); <u>Usar alimentos sem lactose, se a diarreia persistir por mais tempo;</u>	Leite e iogurte integral, queijos gordurosos (prato, muçarela, parmesão, minas padrão, provolone, cheddar, catupiry); creme de leite.
Frutas	Frutas cruas sem casca, cozidas ou em refrescos. Na forma de sorvetes caseiros (banana congelada em pedaços e batida no liquidificador ou mixer). Frutas constipantes: Banana prata, goiaba, maçã sem casca, caju, pera, limão.	Frutas com casca e sementes; em forma de geleias ou doces. Frutas laxativas: Ameixa, frutas com casca, abacaxi, abacate, mamão, manga, morango, tangerina, uvas e uvas passas.
Pães, biscoitos e cereais	Pães brancos (francês ou de forma), torradas, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo água; farinhas para mingau (arroz e amido de milho).	Arroz integral, pães integrais; biscoitos amanteigados e recheados; Farinha de aveia e aveia em flocos; Pipoca.
Carnes	Cortes de carne vermelha com menos gordura: coxão mole, coxão duro, patinho, lagarto, músculo; Frango sem pele; Filé mignon suíno ou lombo suíno; Peixes e ovos.	Cortes de carne mais gordurosos: acém, fraldinha, costela, carne seca; Frango com pele; Carré, costela suína, copa lombo; Embutidos (salsicha, linguiça, presunto, peito de peru, bacon).
Hortaliças	Cozidas, em purês ou sopas. Vegetais constipantes: Cenoura cozida, chuchu cozido	Cruas, com casca. Vegetais laxativos: abóbora, brócolis, espinafre, couve, almeirão, acelga, repolho, agrião.
Arroz, batatas e macarrão	Arroz branco, macarrão; batata inglesa, aipim, batata doce, inhame, cará.	Arroz integral e macarrão integral
Leguminosas	Apenas o caldo.	Grãos inteiros.
Suplementos	Bebidas prontas à base de Whey Protein, suplementos líquidos e em pó conforme recomendação.	-

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite em lactose	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)
	Requeijão sem lactose	1 sachê (10 g)
	Banana	1 unidade grande (120 g)
COLAÇÃO	Pera	1 unidade média (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Caldo de feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Chuchu cozido (vegetal A/B)	1 colher de servir (70 g)
	Espaguete ao sugo (vegetal B/C)	1 colher de servir (80 g)
	Isca de carne grelhada	2 colheres de servir (120 g)
	Maça picada	1 unidade média (120 g)
LANCHE	Café com leite sem lactose	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Biscoito sal	4 unidades (25 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Caldo de feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Cenoura em cubos (vegetal A/B)	2 colheres de servir (70 g)
	Aipim cozido com tomilho (vegetal B/C)	2 colheres de servir (80 g)
	Filé de peixe assado a escabeche	1 unidade média (120 g)
	Pera	1 unidade média (120 g)
CEIA	Vitamina sem lactose de banana	1 copo (200 ml)
	Biscoito sal	4 unidades (25 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)

Cálculo de macronutrientes (consistência branda):

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Constipante	2483,4	339,8	54,7	111,4	17,9	77,0	27,9	24,9

3.2.6. Dieta para neutropenia

Objetivo: Oferecer uma dieta com reduzido risco de contaminação para pacientes imunodeprimidos

Características: Dieta normal em relação aos nutrientes, com restrições a potenciais alimentos e preparações que possam promover contaminação por alta carga microbiana ou muito manipulados.

Indicações:

- Pacientes oncológicos, tratamento radioterápico e quimioterápico;
- Pacientes pós-transplante;
- Pacientes com HIV/AIDS.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Água tratada (engarrafada, filtrada ou fervida); Suco de frutas naturais higienizadas; sucos de garrafa ou caixa; chá de ervas em sachês fervidos; Água de coco industrializada ou natural, se o coco for higienizado antes de abrir.	Água não tratada (da fonte ou poço sem ferver); Água de coco do próprio coco na rua; Sucos de frutas naturais fora de casa; Caldo de cana; açaí sem procedência; Chá com ervas compradas a granel.
Leite e derivados	Leite de caixa ou em pó, queijos, manteiga e iogurtes pasteurizados.	Leite cru e de saco, iogurte e leite fermentados com micro-organismos vivos; Queijo branco não pasteurizado (<i>tipo frescal</i>) ou ricota crua, queijos com fungos (gorgonzola, brie, roquefort, camembert);
Frutas	Cruas com casca íntegra, ou sem casca e higienizadas com água sanitária: Pêssego, ameixa, maçã, kiwi, pêra, goiaba, caju, manga, mamão, banana, tangerina, laranja, abacaxi, melancia. Cozidas ou assadas (todas)	Cruas com casca machucada ou que sejam difíceis de higienizar (amora, morango, etc); Frutas secas e oleaginosas cruas.

Cereais	Pães e cereais. Arroz, massas, feijão, grãos. Farinhas (fubá, farinha de trigo, de linhaça, de mesa, amido de milho) e gergelim torrados.	Cereais com frutos secos. Farinhas cruas sem aquecer.
Carnes	Carnes, peixes e ovos bem cozidos com a clara e gema duras, ovos pasteurizados.	Carnes, peixes e mariscos crus ou “mal passados”. Ovos crus ou mal cozidos, embutidos e defumados (presunto, linguiça, salsicha fresca, mortadela); Frutos do mar crus como: ostras, peixes crus, preparações de comida japonesa e chinesa.
Legumes	Cozidos, assados, grelhados, refogados, ensopados ou enlatados. Crus ou saladas devidamente higienizadas com água sanitária conforme orientação.	Crus ou saladas fora de casa ou não higienizadas.
Outros alimentos	Gomas, doces e balas embalados individualmente. Sobremesas lácteas e pudins comerciais ou caseiros. Bolos, bolachas e biscoitos sem recheio. Azeite e vinagre.	Bolos e pães com cremes e recheios. Doces com ovos crus, produtos de pastelaria e confeitaria. Alimentos e refeições pré-cozidos.
Temperos, ervas e especiarias	Adicionados durante o cozimento dos alimentos ou acrescentados ao final do preparo, apenas se devidamente higienizados com água sanitária.	Adicionados após o cozimento ou para decoração dos pratos sem higienização.

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10g)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)
	Queijo prato	1 fatia média (30 g)
	Melão picado	1 unidade grande (120 g)
COLAÇÃO	Maçã picada	1 unidade média (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Acelga ao alho	1 colher de servir (70 g)
	Seleta de vagem com cenoura brunoise	1 colher de servir (80 g)

	Cubos de frango com molho de açafrão	2 colheres de servir (120 g)
	Laranja	1 unidade pequena (120 g)
LANCHE	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Biscoito de maisena	4 unidades (25 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Repolho refogado com orégano	1 colher de servir (70 g)
	Purê de abóbora	1 colher de servir (80 g)
	Goulash de carne ao molho ferrugem	2 colheres de servir (120 g)
	Pêra picada	1 unidade média (120 g)
CEIA	Mingau de farinha láctea	1 copo (200 ml)
	Banana	1 unidade grande (120 g)

Cálculo de macronutrientes (consistência branda):

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Neutropenia	2472,57	320,3	51,8	122,9	19,9	82,26	29,9	39,3

3.2.7. Dieta para Insuficiência Renal Crônica (IRC)

Objetivo: oferecer dieta com oferta adequada de proteínas e com menor teor de eletrólitos como sódio e potássio.

Características:

- dieta hipoproteica, hipocalêmica e hipossódica; pode ser necessário o controle de oferta hídrica, proveniente de água e de alimentos.

Indicações:

- Pacientes com insuficiência renal crônica em tratamento conservador.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Refresco de fruta (feito com uma porção de fruta e complementado com água); Chás, café com moderação.	Água de coco, achocolatados, guaraná natural, sucos industrializados, refrigerantes.

Leite e derivados	Leite/iogurte desnatado ou semidesnatado; Queijos com pouca gordura (minas frescal, ricota ou cottage); Requeijão light e creme de ricota light em pequenas quantidades.	Leite/iogurte integral; Creme de leite, catupiry; Queijos mais firmes e mais gordurosos (parmesão, prato, minas padrão, meia cura, cheddar, etc.); Manteiga e margarina.
Frutas	Frutas cozidas em água. Abacaxi, acerola, ameixa fresca, banana maçã, caqui, caju, jabuticaba, laranja lima, lima da pérsia, maçã, manga espada, melancia, morango, pêra, pêssego.	Frutas secas como damasco, ameixa seca A carambola é proibida . Abacate, banana, coco, cupuaçu, fruta do conde, goiaba, graviola, jaca, kiwi, maracujá, melão, romã, tangerina, uvas, mamão, laranja, cereja, tamarindo (tem maior teor de potássio e pode ser necessário restringir da dieta em caso de hipercalemia)
Cereais	Arroz, macarrão, batatas, mandioca, milho; Farinha de trigo, mandioca, milho;	Arroz integral Biscoitos doces, wafer, amanteigados e recheados; Salgadinhos de pacote (Fandangos, Torcida) ou biscoito salgado amanteigado (Club Social).
Carnes	Cortes de carne vermelha com menos gordura: coxão mole, coxão duro, patinho, lagarto, musculo; Frango sem pele; Filé mignon suíno ou lombo suíno; Peixes e ovos.	Miúdos (coração, moela, fígado, rins, bucho); Embutidos (salsicha, linguiça, peito de peru, mortadela, presunto etc); Frutos do mar: camarão, ostras, mariscos
Legumes	Cozidas, assadas, grelhadas, no vapor; em sopas. Alface, agrião, cenoura crua, pepino sem casca, repolho, tomate (podem ser consumidas cruas, em pequena quantidade). Brócolis, couve-flor, espinafre; abóbora, abobrinha, berinjela, beterraba, chuchu, jiló, vagem; batata doce, batata inglesa, cará, mandioca (podem ser consumidas após cozimento em água).	Fritas, gratinadas, com molhos gordurosos ou à milanesa. Acelga, aipo, chicória, couve, folha de mostarda, taioba; beterraba crua, cenoura crua, ervilha em vagem, palmito, maxixe, quiabo; batata baroa, inhame (tem maior teor de potássio e pode ser necessário restringir da dieta em caso de hipercalemia)
Leguminosas e oleaginosas	Leguminosas – quantidade deve ser avaliada pela ingestão de proteína total, utilizando técnica de remolho	Feijões cozidos com embutidos e carnes salgadas; Oleaginosas: nozes, amendoim, amêndoas Linhaça

Outros alimentos		Sal dietético (ou sal light), café solúvel. Uso de qualquer fitoterápico ou suplemento precisa ser avaliado por médico e nutricionista.
Temperos, ervas e especiarias	Cebola, alho, temperos frescos e desidratados (orégano, salsa, coentro, cebolinha), especiarias (páprica, cominho, curry, cúrcuma, etc)	Molhos industrializados (mostarda, ketchup, maionese), molho shoyu e molho inglês. Caldos industrializados (como Knorr)

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE 1600 KCAL	QUANTIDADE 1800 KCAL	QUANTIDADE 2000 KCAL
DESJEJUM	Café com leite vegetal	½ copo (60 ml de leite e 40 ml café)	½ copo (60 ml de leite e 40 ml café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	1 sachê (5 g)	1 sachê (5 g)	2 sachês (10g)
	Pão careca sem sal	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)	1 unidade (50 g)
	Manteiga sem sal	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)
	Ricota	-	1 fatia média (30 g)	1 fatia média (30 g)
	Pera	1 unidade grande (120 g)	1 unidade grande (120 g)	1 unidade grande (120 g)
COLAÇÃO	Laranja lima	1 unidade pequena (120 g)	1 unidade pequena (120 g)	1 unidade pequena (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)
	Feijão preto cozido	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)
	Berinjela à jardineira refogada com manjeriço	2 colheres de sopa rasas (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher de servir (70 g)
	Chuchu em cubos	2 colheres de sopa cheias (40 g)	1 colher de servir (80 g)	1 colher de servir (80 g)
	Isca de carne ao molho ferrugem	1 colher sopa cheia (25 g)	2 colheres sopa cheias (50 g)	1 colher de servir (60 g)
	Azeite	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)	1 sachê (4 ml)
	Maçã	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)	1 unidade média (120 g)
LANCHE	Refresco de goiaba	½ copo (100 ml)	½ copo (100 ml)	1 copo (200 ml)

JANTAR	Pão de forma	2 fatias (50 g)	2 fatias (50 g)	2 fatias (50 g)
	Manteiga sem sal	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)
	Arroz branco cozido	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)	1 colher de servir (70g)
	Feijão preto cozido	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)	½ concha média (50 g)
	Repolho refogado	2 colheres sopa cheias (35 g)	1 colher de servir (70 g)	1 colher de servir (70 g)
	Abóbora em cubos	2 colheres de sopa rasas (40 g)	1 colher de servir (80 g)	1 colher de servir (80 g)
	Iscas de frango ao molho caprese	1 colher sopa cheia (25 g)	2 colheres sopa cheias (50 g)	1 colher de servir (60 g)
	Gelatina	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Café com leite vegetal	½ copo (60 ml de leite e 40 ml café)	½ copo (60 ml de leite e 40 ml café)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Biscoito água	4 unidades (25 g)	4 unidades (25 g)	4 unidades (25 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)	1 sachê (10 g)

Cálculo de macronutrientes (consistência branda):

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
IRC 1600 kcal	1537,4	223,6	58,2	43,9	11,4	55,8	32,7	24,9
IRC 1800 kcal	1734,7	237,5	54,2	63,2	14,6	63,2	32,8	27,1
IRC 2000 kcal	1919,9	260,9	54,3	75,2	15,7	68,4	32,1	28,4

3.2.8. Dieta sem glúten

Objetivo: Oferecer dieta isenta de glúten para pacientes com patologias em que a restrição total desta proteína é necessária, mantendo oferta calórico-proteica adequada.

Características:

- Dieta normal em relação aos nutrientes, com restrição total de alimentos que possam ser fonte de glúten (trigo, cevada, centeio) ou tenham frequente contato cruzado com glúten (aveia).

Indicações:

- Desordens autoimunes relacionadas ao glúten, como doença celíaca, ataxia por glúten e dermatite herpetiforme;
- Pacientes com alergia ao trigo;



- Pacientes com sensibilidade ao glúten.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Sucos de frutas naturais; chá; café não misturado à cevada; refrigerantes	Bebidas com composição desconhecida; Bebidas que contêm malte, Ovomaltine®; café misturado com cevada; Bebidas alcoólicas como cerveja, uísque, vodka e gim podem conter traços de glúten
Leite e derivados	Leite integral, semidesnatado e desnatado; Leite condensado e creme de leite; queijos frescos (minas, ricota e parmesão); manteiga.	Achocolatados com malte, queijos fundidos ou preparados com cereais que contêm glúten. Verificar composição de queijos, iogurte e requeijão.
Frutas	Todas	-
Cereais	Arroz, batata, milho, mandioca; Farinha de arroz, creme de arroz; fécula de batata; fubá, amido de milho, canjica e pipoca. Tapioca, polvilho, farinha de mandioca; macarrão de arroz, milho e mandioca.	Trigo, cevada, centeio, malte e aveia, e todos os produtos feitos com esses cereais (pães, biscoitos, massas e outros). Extrato proteico vegetal e proteína vegetal hidrolisada.
Leguminosas e oleaginosas	Feijão, ervilha, lentilha, amendoim, grão de bico e soja (extrato proteico de soja, extrato hidrossolúvel de soja)	-
Carnes e ovos	Todos <i>in natura</i>	Preparações à milanesa, hambúrguer, salsicha, patês, embutidos e enlatados
Legumes	Todos	Empanados, com molhos que possam ser engrossados com farinha de trigo
Condimentos	Sal, temperos frescos, ervas, vinagre de vinho tinto e arroz.	Mostarda, ketchup, maionese e temperos industrializados podem ter glúten

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10 g)
	Crepio	2 unidades (100 g)
	Manteiga	2 colheres chá (10 g)
	Queijo prato	1 fatia média (30 g)
	Abacaxi	2 fatias pequenas (120 g)
COLAÇÃO	Melancia	1 fatia pequena (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão carioca cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de alface crespa, couve e manga	1 colher de servir (70 g)
	Abobrinha à italiana	1 colher de servir (80 g)
	Filé de frango acebolado	1 unidade média (120 g)
	Maçã	1 unidade média (120 g)
LANCHE	iogurte	1 unidade (170 g)
	Pão de queijo	4 unidades médias (80 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de acelga, abacaxi e tomate	1 colher de servir (70 g)
	Batata portuguesa assada	1 colher de servir (80 g)
	Bife grelhado	1 unidade média (120 g)
	Salada de frutas	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Café com leite integral	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Biscoito de polvilho	1 pacote (25 g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Sem glúten	2673,5	326,0	48,8	124,9	18,7	100,0	33,7	31,9

3.2.9. Dieta sem lactose

Objetivo: Oferecer dieta sem lactose, para pacientes que possuem intolerância a lactose primária ou secundária a outras patologias.

Características:

- Dieta normal em relação aos nutrientes, com restrição de alimentos que ofereçam lactose, através de substitutos vegetais ou versões sem lactose.

Indicações:

- Indivíduos com diagnóstico de intolerância à lactose;
- Indivíduos com diarreia crônica, doenças inflamatórias intestinais, doença celíaca, ou outras doenças que afetem a mucosa intestinal e que podem cursar com intolerância à lactose secundária.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos sem lactose; chás; café.	Achocolatados que contenham lactose, guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	Leite sem lactose, bebidas à base de soja, de castanhas ou aveia; vitaminas de fruta; iogurte ou bebida láctea zero lactose; queijos macios sem lactose (minas, minas padrão, muçarela) creme de ricota ou cottage sem lactose; requeijão sem lactose.	Leite e derivados com lactose; sorvetes cremosos
Frutas	Cruas, cozidas, em sucos, vitaminas ou batidas com iogurte;	-
Pães, biscoitos e cereais	Pães, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau, bolos simples sem leite.	Pães e biscoitos com leite na composição, recheados com creme de confeiteiro ou outros recheios com leite; biscoitos amanteigados ou recheados.
Carnes	Cozidas, assadas e grelhadas	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite com lactose
Hortaliças	Cruas, cozidas, grelhadas ou assadas, amassadas ou liquidificadas em forma de purês ou suflês;	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite com lactose
Cereais	Arroz branco; macarrão cozido; Batatas cozidas, assadas ou em purê	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite com lactose
Oleaginosas e grãos	Nozes, castanhas, amendoim; Pasta de amendoim	Pasta de amendoim com sabores (como chocolate, cacau, leite em pó)

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite sem lactose	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10 g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)
	Creme vegetal	2 colheres chá (10 g)
	Requeijão sem lactose	1 colher de sopa (30 g)
	Melancia	1 fatia pequena (120 g)
COLAÇÃO	Pera	1 unidade média (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão carioca cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de alface americana, acelga e rabanete ralado	1 colher de servir (70 g)
	Abobrinha refogada	1 colher de servir (80 g)
	Sobrecoxa de frango assada	1 unidade média (200 g)
	Abacaxi	2 fatias finas (120 g)
LANCHE	Suco de goiaba	1 copo (200 ml)
	Tapioca	1 unidade (50 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)
JANTAR	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão preto cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de pepino japonês, manga e tomate com gergelim	1 colher de servir (70 g)
	Farofa com couve	1 colher de servir (80 g)
	Bife grelhado	1 unidade média (120 g)
	Tangerina	1 unidade média (120 g)
CEIA	Mingau sem lactose de creme de arroz	1 copo (200 ml)
	Suco de maracujá	1 copo (200 ml)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Sem lactose	2760,1	375,9	54,5	114,3	16,6	89,5	29,2	38,9

3.2.10. Dieta para Alergia a Proteína do Leite de Vaca (APLV)

Objetivo: Oferecer dieta isenta de leite e derivados, bem como de traços de leite, para evitar reações em indivíduos alérgicos à proteína do leite de vaca.

Características: dieta normal em relação aos nutrientes, com restrição total de alimentos que contenham leite, derivados do leite e traços de leite (provenientes de ingredientes e/ou aditivos alimentares de produtos industrializados e do contato cruzado com alimentos que contém leite).

Indicações:

- Pacientes adultos e pediátricos com diagnóstico de alergia a proteína do leite de vaca;
- Lactantes de bebês com APLV ou com indicação de dieta de exclusão para confirmação diagnóstica.

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; chás; café.	Qualquer bebida industrializada deve ter a composição verificada, por poder apresentar aditivos com proteínas do leite.
Leite e derivados	Nenhum	Leite e derivados do leite, seja de vaca, cabra ou ovelha.
Frutas	Cruas, cozidas, assadas.	Preparações que adicionem leite, manteiga, creme de leite, iogurte ou outros derivados de leite.
Pães e biscoitos	Pães e biscoitos sem leite, conforme rótulo. Farinha de aveia, creme de arroz.	Pães e biscoitos com leite na composição. Verificar o rótulo de granolas, barras de cereais, cereais matinais, farinhas de mingau.
Carnes	Cozidas, assadas e grelhadas	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite Atum e sardinha em lata podem conter leite. Salsicha, salame e frios, como mortadela e presunto, podem ter leite (contato cruzado com peças de queijo cortadas na mesma máquina).

Hortalças	Cruas, cozidas, grelhadas ou assadas, amassadas ou liquidificadas em forma de purês ou suflês;	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite.
Cereais	Arroz branco; macarrão cozido; Batatas, aipim. Milho, polvilho.	Servidas com molho à base de leite e/ou creme de leite.
Oleaginosas e grãos	Nozes, castanhas, amendoim; Pasta de amendoim	Pasta de amendoim com sabores (verificar composição do rótulo)
Temperos	Cebola e alho <i>in natura</i> , temperos frescos.	Maionese, molhos de salada, caldo de carne industrializados (tipo Knorr) podem conter leite
Observações	Todo produto industrializado deve ter a composição nutricional verificada, observando na rotulagem se pode ou não conter leite. Alguns exemplos de ingredientes derivados do leite: Caseinato, caseína, leiteiro, lactalbumina, lactoglobulina, lactato, lactoferrina, whey protein, fermento lácteo, proteína de leite hidrolisada, lactose, aroma ou sabor natural ou artificial de manteiga, sabor creme de coco, sabor caramelo, entre outros.	

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite vegetal	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Açúcar	2 sachês (10 g)
	Pão francês	1 unidade (50 g)
	Creme vegetal	2 colheres chá (10 g)
	Ovo mexido	1 unidade (50 g)
	Mamão	1 fatia pequena (120 g)
COLAÇÃO	Banana	1 unidade grande (120 g)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão carioca cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de aipo, beterraba ralada e milho	1 colher de servir (70 g)
	Cenoura brunoise com salsinha	1 colher de servir (80 g)
	Bife de panela	1 unidade média (120 g)
	Laranja	1 unidade pequena (120 g)
LANCHE	Suco de manga	1 copo (200 ml)

JANTAR	Tapioca	1 unidade (50 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)
	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140g)
	Feijão mulatinho cozido	1 concha média (100 g)
	Salada de berinjela, cebola, pimentão amarelo e manjerição	1 colher de servir (70 g)
	Vagem ao alho	1 colher de servir (80 g)
	Frango desfiado ao molho de tomate	1 unidade média (120 g)
	Doce de abóbora caseiro	1 pote pequeno (70 g)
CEIA	Suco de melancia	1 copo (200 ml)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)
	Ovos mexidos	1 unidade (50 g)

Cálculo de macronutrientes:

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
APLV	2661,9	366,1	55,0	125,2	18,8	81,2	27,4	40,8

3.2.11. Dieta com baixo teor de resíduos

Objetivo: reduzir oferta de resíduos alimentares para menor obter menor fermentação pela microbiota, bem como formar menor quantidade de volume fecal.

Características:

- Dieta com redução na oferta de resíduos, em especial de fibras alimentares, leite e derivados e carne vermelha.

Indicações:

- Pós-operatórios de cirurgias do trato gastrointestinal;
- Preparo de alguns exames (primeira etapa de preparo de colonoscopia, por exemplo);

GRUPO DE ALIMENTOS	Alimentos indicados	Alimentos não indicados
Bebidas	Suco de frutas; água de coco; suplementos líquidos clarificados; chás; café.	Achocolatados, guaraná natural, refrigerantes.
Leite e derivados	Nenhum	Leite, queijos, iogurte
Frutas	Cozidas, cruas sem casca, em sucos	Cruas com casca e sementes
Pães e biscoitos	Pães, biscoitos doces sem recheio; biscoitos salgados tipo cream cracker; farinhas para mingau	Pães e biscoitos integrais; biscoitos amanteigados ou recheados.
Carnes	Frango, peixe, clara de ovos; preparações cozidas, assadas e grelhadas	Carne vermelha
Hortaliças	Cozidos em água (cenoura, batata, chuchu)	Cruas, com cascas e sementes
Cereais	Arroz branco; macarrão cozido; Batatas cozidas ou em purê	Arroz e macarrão integral
Leguminosas e oleaginosas	Nenhum	Feijões, amendoim, nozes, castanhas

Exemplo de cardápio (consistência branda):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Refresco de maracujá	1 copo (200 ml)
	Açúcar	2 sachês (10 g)
	Pão careca sal	1 unidade (50 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)
	Melão picado	1 unidade grande (120 g)
COLAÇÃO	Água de coco	1 copo (200 ml)
ALMOÇO	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140 g)
	Legumes cozidos (cenoura, batata e chuchu)	1 colher de servir (70 g)
	Iscas de frango	2 colheres de servir (120 g)
	Gelatina	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Refresco de caju	1 copo (200 ml)

JANTAR	Pão careca sal	1 unidade (50 g)
	Geleia	1 sachê (10 g)
	Arroz branco cozido	2 colheres de servir (140 g)
	Legumes cozidos (cenoura, batata e chuchu)	1 colher de servir (70 g)
	Carne moída	2 colheres de servir (120 g)
	Maçã cozida	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Refresco de uva	1 copo (200 ml)
	Biscoito sal	4 unidades (25 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)

Cálculo de macronutrientes (consistência branda):

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Baixo resíduo	2100,2	280,6	53,5	95,7	18,2	66,4	28,4	15,3

3.2.12. Dieta de preparo para PET-CT

Objetivo: Fornecer dieta adequada ao preparo do exame PET-CT oncológico e cardíaco.

Características:

- Dieta hipoglicídica, com baixo teor de carboidratos simples e complexos, com consistência adequada à necessidade individual do paciente.

Indicações:

- , Realização de preparo prévio à realização do exame PET-CT, com 24 horas de antecedência para o tipo oncológico ou com 48 horas de antecedência para o tipo cardíaco.

Exemplo de cardápio (consistência normal):

REFEIÇÃO	ALIMENTO	QUANTIDADE
DESJEJUM	Café com leite integral (sem açúcar)	1 copo (160 mL leite e 40 mL café)
	Ovos mexidos	2 unidades (100 g)
	Queijo minas frescal	1 fatia média (30 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)
COLAÇÃO	Melão picado	1 fatia grande (120 g)

ALMOÇO	Salada de alface crespa, rúcula e tomate	2 colheres de servir (140 g)
	Bife de panela	2 colheres de servir (120 g)
	Azeite	2 sachês (8 ml)
	Gelatina diet	1 pote pequeno (120 g)
LANCHE	Refresco de acerola (sem açúcar)	1 copo (200 ml)
	Ovos mexidos	2 unidades (100 g)
	Ricota	1 fatia média (30 g)
	Manteiga	1 sachê (10 g)
JANTAR	Salada de berinjela, cebola, pimentão amarelo e manjerição	2 colheres de servir (140 g)
	Filé de frango grelhado	1 unidade média (120 g)
	Azeite	2 sachês (8 ml)
	Gelatina diet	1 pote pequeno (120 g)
CEIA	Vitamina de iogurte natural com polpa de morango e coco ralado (sem açúcar)	1 copo (200 ml)

Cálculo de macronutrientes (consistência branda):

Tipo de Dieta	Energia (kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Fibras (g)
		g	%	g	%	g	%	
Preparo para PET-CT	1796,9	59,2	13,2	122,9	27,3	118,94	59,6	10,1

4. REFERÊNCIAS

- Universidade Federal do Triângulo Mineiro - Hospital de Clínicas. Manual de dietas hospitalares do HC-UFTM. Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares, 2019.
- KNOBEL, E. Terapia intensiva: nutrição. São Paulo: Atheneu, 2005.
- WAITZBERG, D.L. Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica. 4ª. ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2009
- MAHAN, L. K. & RAYMOND, J. L. Krause - Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 14ª ed. Ed. Elsevier, 2018.
- BOEKEL, S. V. & POSSE, R. Manual de Fichas Técnicas de Preparações para Nutrição Clínica. 1ª ed. Rubio, 2012.
- BUDEL, L. & FARIA, S.O. Cenários de inovação no mercado de gastronomia e nutrição. 1ª ed. Editora Senac São Paulo, 2021.

5. HISTÓRICO DE REVISÃO

Versão	Data	Descrição da atualização
1	10/01/2021	Versão inicial.
2	11/08/2026	Atualização de cardápios, de acordo com contrato de terceirização de fornecimento de refeições; inclusão de dietas hipercalórica, normocalórica e hipocalórica para as consistências branda e pastosa; inclusão de dieta normal, líquida fria, Insuficiência Renal Crônica, dieta sem glúten, dieta sem lactose, para alergia a proteína do leite de vaca (APLV), baixo teor de resíduos e preparo para PET-CT.

6. RESPONSÁVEIS PELO DOCUMENTO

Elaboração Ana Paula Azevedo de Mattos – UNC/UMULTI Camilla da Silva Couto Soares – UNC/UMULTI Laura Kawakami Carvalho – UNC/UMULTI Maria Gabriela Flores Cardoso Wergles – UNC/UMULTI Gabrielle Kienen Silveira- UNC/UMULTI	Data: 11/08/2026
Análise Amanda Oliveira dos Santos – UMULTI (chefe substituta da Thais Dillinger Conway Santanna)	Data: 25/08/2026
Validação de forma Lorran Leite Reis - STGQ	Data: 26/08/2026
Aprovação Andrea Jorge e Silva- DGC	Data: 27/08/2026

Permitida a reprodução parcial ou total, desde que indicada a fonte e sem fins lucrativos. © 2026, HU Brasil.
Todos os direitos reservados www.gov.br/hubrasil