

OBSAH

Předmluva	3
Úvod. Co je to dietní stravování	5
Obecná pravidla, platná pro každou dietu	11
Dieta šetřící (při nemocech trávicího ústrojí)	27
Dieta s omezením tuků (při nemocech žlučníku, slinivky břišní, jater)	37
Dieta diabetická (při cukrovce)	41
Dieta neslaná (při chorobách srdce a cév)	59
Dieta redukční (při nadváze a obezitě)	61
a) diety o nichž se hodně mluví	
b) doporučení dle současného stavu vědeckých poznatků	
Závěr	89
Doslov	96
Slovník cizích slov	98
Použitá literatura	100