

## Содержание

Введение	3
Энергетическая ценность рациона	9
Соотношение и качественный состав белков, жиров и углеводов в суточном рационе	10
Гликемический индекс	15
Особенности питания пациентов, получающих инсулин	17
Потребление жидкости при сахарном диабете	18
Необходимо ли ограничение соли в рационе?	18
Сахарозаменители и подсластители	19
Снижение и поддержание нормального веса у пациентов с сахарным диабетом	20
Потребление витаминов и минеральных веществ при сахарном диабете	21
Приложение 1. <i>Энергетическая ценность продуктов питания</i>	25
Приложение 2. <i>Таблица хлебных единиц</i>	35