

低磷飲食 - 中式食品

(Low Phosphorus Diet - Chinese Foods)

一些低磷食物的選擇, 請與您的營養師商量。



天然花生及
堅果醬



豆腐皮



豆乾



豆類和扁豆



堅果和種子



新鮮肉類、魚類
及海鮮



豆腐



粟米、大米和
小麥穀物



綠茶



奶油芝士

限制乳製品為每天_____份



牛奶及大豆飲料



芝士



乳酪



忌廉湯



雪糕

需要限制進食的高磷食品



啤酒



內臟



朱古力



麩皮穀物和鬆餅



罐頭三文魚或沙甸魚 (連骨)

避免進食含有磷添加劑的食品



可樂



港式奶茶及
珍珠奶茶



好立克、阿華田
及美祿



加工肉製品



非乳製
咖啡奶精



即食麵



玉子豆腐



即沖食品
(咖啡、奶茶和麥片)



急凍蝦及魚類



快餐食品



加工芝士

檢查成分表中是否含有“PHOSPH”字樣的成分

降低磷質的藥物：_____

請於進餐前服用。

早餐前 _____ 午餐前 _____ 晚餐前 _____ 小點前 _____