



Подготовлено:  
ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины» Минздрава России  
ООО «Российское общество профилактики неинфекционных заболеваний»

# Питание как лекарство при предиабете

## Продукты, которые следует ограничить людям с предиабетом

- |                           |                       |                                             |                                      |
|---------------------------|-----------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|
| • масло сливочное, сало   | • колбасные изделия   | • полуфабрикаты (пельмени, наггетсы и т.п.) | • конфеты, шоколад                   |
| • майонез                 | • сахар, мед          | • консервы в масле                          | • пирожные и торты                   |
| • сыры более 30% жирности | • сладкие напитки     | • варенье, джемы, сухофрукты                | • печенье, изделия из сдобного теста |
| • жирное мясо, копчености | • алкогольные напитки |                                             |                                      |

Узнай свой риск развития предиабета  
и пройди диспансеризацию прямо сейчас!



**TAKZDOROVO.RU**



Официальный  
канал  
Минздрава  
России

