

SPECYFIKACJA STOSOWANYCH DIET

Asortyment produktów dozwolonych w poszczególnych dietach został określony w publikacji „Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach”. Pod red. M. Jarosza. Wydawnictwo IŻŻ 2011

Zamawiający wprowadza zmiany w asortymencie produktów w diecie łatwo-strawnej z ograniczeniem tłuszczu z uwagi na specyfikę pacjentów OCO, i tak:

- **doprecyzowuje źródła tłuszczu: dodatek masła śmietankowego (zamiast margaryn) oraz całe jajko (zamiast białka jaja), mleko i produkty mleczne o zawartości 0,5% (zamiast odtłuszczonego).**
- **zawęza asortyment mięs wyłącznie do kurczaka, indyka, wołowiny, szynki i polędwicy drobiowych**
- **zawęza asortyment warzyw dozwolonych do: marchewki, pietruszki, selera, dyni, cukinii, kabaczka, szpinaku, pomidorów bez skóry, ziemniaków (wyłącznie w formie gotowanej).**
- **zawęza asortyment owoców do jabłka gotowanego oraz surowego banana, musów owocowych gotowanych z dozwolonych owoców.**

DIETA PODSTAWOWA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety podstawowej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety podstawowej:

Energia minimum 2000 kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Tłuszcze ogółem minimum 65g,
Węglowodany ogółem minimum 275g,

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety łatwo strawnej:

Energia minimum 2000 kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Tłuszcze ogółem 65g (dopuszczalne odchylenie +/- 3g)
Węglowodany ogółem minimum 275g,

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczu, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczu:

Energia minimum 2000kcal,
Białko ogółem minimum 85g,
Tłuszcze ogółem 35-40g,
Węglowodany ogółem minimum 330g,

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety łatwo strawnej z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego:

Energia minimum 2000kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Tłuszcze ogółem 70g (dopuszczalne odchylenie +/- 3g)
Węglowodany ogółem 265g (dopuszczalne odchylenie +/- 20g),

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Energia minimum 2000 kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Tłuszcze ogółem minimum 65g,
Węglowodany ogółem 275g (dopuszczalne odchylenie +/- 20g),

DIETA ŁATWO STRAWNA NISKOBIAŁKOWA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej niskobiałkowej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety łatwo strawnej niskobiałkowej:

Energia minimum 2000kcal,
Białko ogółem 40g (dopuszczalne odchylenie +/- 5g),
Białko zwierzęce minimum 30g
Tłuszcz ogółem 70g (dopuszczalne odchylenie +/- 3g),
Węglowodany ogółem minimum 310g,

DIETA ŁATWO STRAWNA BOGATOBIAŁKOWA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej bogatobiałkowej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety łatwo strawnej bogatobiałkowej:

Energia minimum 2200 - 2300kcal,
Białko ogółem minimum 110g ,
Tłuszcz ogółem 70g (dopuszczalne odchylenie +/- 3g),
Węglowodany ogółem minimum 310g,

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - DIETA PAPKOWATA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety papkowatej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety papkowatej:

Identyczne jak dla diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej.

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety płynnej wzmocnionej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety płynnej wzmocnionej:

Identyczne jak dla diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - DIETA MIELONA

Posiłki powinny być przygotowane wg zaleceń diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej. Modyfikacja polega na rozdrobnieniu poszczególnych składników posiłku osobno poprzez zmielenie lub zmiksowanie. Zupy powinny być miksowane. Ziemniaki podajemy w formie pure w sosie, drobne kasze oraz ryż w sosie (w razie konieczności mogą być miksowane), mięsa i ryby mielone w sosie. Dieta ma ułatwiać polykanie posiłków pacjentom, którzy nie decydują się na dietę papkową lub płynną.

Założenia diety mielonej:

Identyczne jak dla diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI NIEFIZJOLOGICZNE - DIETA PŁYNNĄ

W diecie podaje się płyny obojętne takie jak:

- przegotowana woda,
- kawa zbożowa
- słaba herbata bez cukru/ z cukrem,
- odgazowana woda mineralna.

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU BEZMLECZNA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo-strawnej z ograniczeniem tłuszczu, nie zawierającej mleka i produktów mlecznych, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki.

Założenia diety bezmlecznej:

Jak diety łatwo-strawnej z ograniczeniem tłuszczu, o odpowiednio zwiększonej ilości jajka, mięsa, ryby zamiast produktów mlecznych.

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU BEZGLUTENOWA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczu, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, z wyłączeniem produktów glutenowych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki. Z diety powinny być wykluczone zboża glutenowe, takie jak: pszenica, jęczmień, owies, żyto, orkisz oraz wszelkie produkty je zawierające.. W ich miejsce powinny pojawić się produkty zawierające: ryż, kukurydzę, grykę, proso oraz specjalne produkty bezglutenowe.

Założenia diety łatwo strawnej bezglutenowej:

Jak diety łatwo-strawnej z ograniczeniem tłuszczu, z zastosowaniem pieczyw i innych produktów zbożowych z certyfikatem produktu bezglutenowego.

DIETA ŁATWO-STRAWNA BEZTŁUSZCZOWA

Wymagania jak dla diety łatwo-strawnej z ograniczeniem tłuszczu, z zastrzeżeniem, że dieta ta zawiera tłuszcz poniżej 30g, a więc:

- zupełnie nie zawiera tłuszczu dodanego
- produkty mleczne tylko o zawartości 0% tłuszczu
- z jajka tylko białko

Opracowała: dietetyk Joanna Gruszka

- mięsa i ryby wyłącznie chude i bez skóry.

UWAGA:

*Ilości minimalne produktów i częstotliwość ich wykorzystania zostały określone zostały w zał. 1A.
Możliwe jest łączenie poszczególnych diet w jedną a więc np.: dieta łatwo-strawna beztłuszczowa i bezmleczna.
lub dieta łatwo-strawna z ograniczeniem tłuszczu bezglutenowa i bezmleczna*