Załącznik nr 9

**Opis przedmiotu zamówienia i wykaz diet**

Przedmiotem umowy jest „Świadczenie codziennej, kompleksowej usługi w zakresie przygotowania całodziennych posiłków przy uwzględnieniu diet dla pacjentów SP ZOZ MSWiA w Kielcach, im. Św. Jana Pawła II” według wykazu diet:

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa diety: | Wymagania Zamawiającego: |
| 1. Dieta podstawowa:
 | - dla osób nie wymagających leczenia dietetycznego, zawiera wszystkie składniki pokarmowe.- Ograniczenia produktów ciężkostrawnych, smażonych z dużą ilością tłuszczu, słonych czy słodyczy, urozmaicenia potraw. Dieta powinna być pełnowartościowa i atrakcyjnie zestawiona ze wszystkich grup spożywczych.Założenia diety podstawowej:Energia 1900-2300 kcalbiałko 75-80g - 12-15,5%tłuszcze 85g – 26,5-30%węglowodany 275-300g – 45-60% |
| 1. Dieta wegetariańska:
 | - dla osób nie spożywających produktu zwierzęcego w przypadku diety wegańskiej pkt. 5 h. - modyfikacja może polegać na zamianie produktu zwierzęcego na produkt roślinny. Instrukcja zamiany w odmianach wegetarianizmu produktów zwierzęcych pkt. 5 e-g. Reszta zapotrzebowania uzupełniana produktem roślinnym, np. orzechami, nasionami strączkowymi i ich przetworami, kaszami z pełnego ziarna czy ziemniakami np. w postaci past. Założenia diety wegetariańskiej:Energia 2000 kcalbiałko 80g - 12-15,5%tłuszcze 65-73g – 26,5-30%węglowodany 275-300g – 45-60% |
| 1. Dieta lekkostrawna:

- dla osób ze schorzeniem układu pokarmowego, starszych jak i po zabiegach chirurgicznych;- dobór dojrzałych owoców; obranych, rozdrobnionych warzyw, przecierów; pieczywa pszennego,ziemniaków, masła, chudych produktów mlecznych, mięsa, ryb.Z technik dozwolone jest gotowanie w wodzie, na parze, duszenie czy pieczenie potraw.Wyklucza się tłuste, ostre, ciężkostrawne produkty np. fasola czy groch. Założenia diety lekkostrawnej:Energia 1900-2200 kcalbiałko 75-80g – 13-16%tłuszcze 65g – 25-29,5% węglowodany 250-350g – 50-70%**DIETY LEKKOSTRAWNE O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI:**1. Dieta w formie przetartej:

- modyfikacja polega na drobnym przetarciu pokarmu;Zawiera składniki diety zalecanej lekkostrawnej.1. Dieta w formie papki:

- modyfikacja polega na zmiksowaniu pokarmu lekkostrawnego;Zawiera składniki diety zalecanej lekkostrawnej.1. Dieta płynna odżywcza:

- modyfikacja polega na zmiksowaniu i rozcieńczeniu pokarmu lekkostrawnego aby możliwa była podaż przez sondę;- dodatek chudych mięs czy jaj zmiksowanych do m. in. kasz w formie kleików czy pieczywa zmiksowanego, serów zmiksowanych z mlekiem, płynnych kisieli czy budyni.Wyklucza się m.in. pieczywo razowe, sery topione, jaja na surowo, surowe owoce, tłuste mięsa i inne ciężkostrawne produkty Założenia diety płynnej, odżywczej:Energia 2000 kcalbiałko 80g – 16%tłuszcze 70g – 34% węglowodany 280-310g – 50%1. Dieta w formie płynu (kleikowa):

- dla osób u których występują wymioty; polega na dostarczeniu odpowiedniej ilości płynów;-modyfikacja polega na obniżeniu kaloryczności, najczęściej o 1000 w stosunku do indywidualnego zapotrzebowania. Wskazane chude wywary warzywne, słabe napary, ryż biały, kasza manna;Założenia diety kleikowej:Energia 1000 kcalbiałko 40-50g – 16-20%lub 60g – 24%tłuszcze 33-35g – 30-35%węglowodany 110-135g – 44-54%**Diety mogą być stosowane w różnych schorzeniach jamy ustnej lub przełyku****kiedy chory nie może przyjmować stałego pożywienia oraz według wskazań lekarza. Dieta płynna odżywcza może być dietą lekkostrawną wysokobiałkową jeżeli pacjent nie ma przeciwwskazań lekarskich.**1. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu

(wątrobowa):- Przeciwwskazane produkty trudno strawne np. tłuszcze zwierzęce i wzdymające. Stosuje się tłuszcze tylko pochodzenia roślinnego.- Wskazane chude mleko, mięso z indyka, kurczaka, królika, gotowane warzywa, ziemniaki, pieczywo graham, kasze, chude ryby, owoce świeże, olej rzepakowy, oliwa z oliwek;Założenia diety wątrobowej:Energia 2000 kcalbiałko 60-85g – 12-17%tłuszcze 35-44g – 16-20%max. 12g frakcji nasyconejwęglowodany 330g – 66,5%1. Dieta łatwo strawna niskobiałkowa

(nerkowa):- Przeciwwskazane tłuste mięsa, sery topione, buliony, desery.- Wskazane m. in. pieczywo pszenne lub niskobiałkowe, mąka pszenna lub ziemniaczana, ziemniaki i warzywa gotowane w dużej ilości wody; masło, olej do gotowych potraw. Założenia diety niskobiałkowej:Energia 2000 kcalBiałko 8 -10% 40-50g/dobęTłuszcz 30% 65-70g/dobęWęglowodany 60% 310g/dobę1. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem

 substancji pobudzających wydzielanie  soku żołądkowego  (wrzodowa):- Przeciwwskazane tłuste mięsa, esencjonalne wywary, Pikantne przyprawy, kwaśne czy mocne napoje, pieczywo razowe czy grube kasze, surowe warzywa i owoce.- Wskazane chude mięso i nabiał, gotowane warzywa, rozdrobnione owoce, masło na surowo, biały ryż, drobne kasze, pieczywo pszenne;Założenia diety:Energia 2000 kcalBiałko 80g – 16%Tłuszcze 70g – 20-31%Węglowodany 260-370g – 52-66,5 %1. Dieta ubogoresztkowa (jelitowa):

- dla osób, które cierpią na biegunki oraz chorują na choroby zapalne, polipy jelit; oraz pacjenci przed kolonoskopią (badaniem jelita grubego) i zaraz po niektórych operacjach.-Przeciwwskazany błonnik pokarmowy, szczególnie frakcji nierozpuszczalnej występujący w pieczywie razowym, grubych kaszach; kwaśne owoce i warzywa, buraki ćwikłowe, papryka, mocno przyprawione dania i napoje, produkty fermentujące w jelitach tj. śliwki suszone, soki owocowe, miód;Założenia diety:Energia 2230 kcalBiałko 100g – 16%Tłuszcze 70g – 20-31%Węglowodany 253g – 52-66,5 % |
| 1. Dieta z ograniczeniem węglowodanów prostych:
2. stosowana w cukrzycy 3 i 5 – posiłkowej:

- polega na znacznym ograniczeniu łatwo przyswajalnych węglowodanów a zwiększeniu spożycia węglowodanów złożonych; - wskazane pieczywo, ryż, kasze pełnoziarniste; chude mięso, ryby i nabiał naturalny; sałatki i surówki o jak najniższej zawartości węglowodanów z dodatkiem oleju; warzywa gotowane w wodzie, np. brokuł, kalafior, ziemniaki w całości, jabłka;- przeciwwskazane m. in. napoje słodzone, pieczywo z mąki oczyszczonej, tłuste mięsa i jego przetwory, Nie dopuszcza się sosów, zabielanych zup, mielonek, smażonego mięsa, pasztetów, budyniu na mące pszennej, mleka słodkiego, rozgotowanych kasz i makaronów.Założenia diety:3 posiłki:Energia 1800 kcalbiałko 75-80 g – 15-20%tłuszcze 60-70g – 30-35%węglowodany 250g – 45-50%5 posiłków:Energia 2000-2200 kcalbiałko 75-80g – 15-20%tłuszcze 66-77g – 30-35%węglowodany 260g – 45-50%1. Dieta bogatoresztkowa stosowana w zaparciach:

- modyfikacja polega na podaży 2-3 łyżek otrąb pszennych z surówkami czy pastami do pieczywa; kaszy gryczanej, jęczmiennej, papryki, buraków, kompoty z suszonych owoców.- wskazuje się graniczenie do minimum ryżu, mocnej herbaty, kaszy manny i innych produktów zmniejszających perystaltykę jelit.Założenia diety:Energia 1900 - 2300 kcalbiałko 75-80g – 12-15,5%tłuszcze 85g – 26,5-30%węglowodany 275-385 – 50-70%błonnik min. 20 g/dobęw postaci celuloz, hemiceluloz i hemiceluloz.  |
| 1. Diety indywidualne
 |
| 1. Dieta w fenyloketonurii
 | Dieta zawierająca produkty ubogie w fenyloalaninę, zapewniająca pokrycie zapotrzebowania energetycznego. Podstawę diety stanowią preparaty niskofenyloalaninowe i bezfenyloalaninowe.  |
| 1. Dieta w tyrozonemii
 | Z diety wyklucza się produkty wysokobiałkowe zawierające tyrozynę.  |
| 1. Dieta bezsolna
 | Z diety eliminuje się sól zastępując ją ziołami np. koperkiem czy pietruszką. Ogranicza się do minimum przetworzoną. |
| 1. Dieta w niedokrwistości
 | Odpowiednia podaż żelaza, witaminy C, B12 i kwasu foliowego (na podstawie norm IŻŻ). |
| 1. Nietolerancje pokarmowe/ Alergie
 | Między innymi w celiakii wykluczamy gluten występujący w zbożach (pszenicy). Przy diecie bezglutenowej wskazana jest kasza jaglana, ryż, ziemniaki jako zamiennik. Przy deficycie laktazy niwelujemy laktozę występującą w mleku. |
| 1. Owowegetarianizm
 | Wykluczenie mięsa, ryb i mleka w zamian za jaja w menu. |
| 1. Laktowegetarianizm
 | Wykluczenie jaj, mięsa, ryb w zamian za mleko i jego przetwory. |
| 1. Laktoowowegetarianizm
 | Wykluczenie ryb i mięsa w zamian za nabiał (bez sera podpuszczkowego i żelatyny), jaja i miód w menu. |
| 1. Weganizm
 | Wykluczenie wszelkich produktów zwierzęcych w zamian za produkty wyłącznie roślinne. |

Wymagania dotyczące jakości posiłków:

1. Dopuszczalna tolerancja zmiany gramatury i kaloryczności +/-10% wyłącznie w diecie płynnej, w pozostałych dietach dopuszczalne +10%, jak i zmiany potraw i posiłków wewnątrz jadłospisów dekadowych  ze względu na sezonowość czy specyfikę diet i potraw.
2. Stosowanie w dziennej racji pokarmowej wszystkich grup produktów spożywczych lub ich zamienników zgodnie z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia w celu pokrycia norm na energię, białko, tłuszcze, węglowodany, witaminy i składniki mineralne1.
3. Urozmaicenie posiłków ze szczególnym uwzględnieniem sezonowości dostępnych na rynku świeżych produktów, szczególnie owoców i warzyw.
4. Dopuszcza się stosowanie produktów mrożonych warzywno-owocowych wyłącznie
w sytuacjach niedostępności innych produktów świeżych. Wyklucza się produkty konserwowe.
5. Uwzględnienie szczególnych zaleceń lekarskich i modyfikacja posiłków
oraz zaleceń dietetycznych dotyczących ograniczeń i specyfiki diet. W diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrzycowej) zaleca się w odniesieniu do potraw mających wpływ na podnoszenie poziomu cukru we krwi u pacjentów cukrzycowych, zwłaszcza na oddziale wewnętrznym zamianę np. zupy mlecznej na śniadanie na dodatkową porcję produktu białkowo-tłuszczowego (zamiennie: wędlina wysokogatunkowego mięsa, jajo czy ser twarogowy), oraz węglowodanowego (pieczywo mieszane) do śniadań i kolacji, w porcjach odpowiadających kaloryczności zupy mlecznej w celu zapewnienia dziennego zapotrzebowania kalorycznego.
6. Sporządzanie w szczególnych przypadkach, specjalistycznych diet zgodnie
z indywidualnym zaleceniem lekarza i zaleceniami dietetyczki Zamawiającego.
7. Pieczywo, wędliny, ser, masło, dodatki do śniadania i kolacji muszą być krojone
i wyporcjowane na jednego pacjenta.
8. Wykorzystanie produktów wysokiej jakości o odpowiedniej wartości odżywczej, posiadających aktualne terminy ważności, zwracając szczególną uwagę na:

- podawanie przez Wykonawcę masła extra min 82% tł., do śniadania i kolacji;

- podawanie wędlin w gatunku I do śniadania i kolacji zgodnie
z jadłospisem dziennym.

Poprzez wysoki gatunek rozumiana jest najwyższa możliwa zawartość mięsa w jej odmianie np. drób klasy A; powyżej 60% mięsa w wieprzowinie.

Bibliografia:

* + 1. Jarosz M., Rychlik E., ”*Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie”*, Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny, 2020.
		2. Ciborowska H., Rudnicka A. *„Dietetyka żywienie zdrowego i chorego człowieka”*, PZWL, Warszawa 2019.