

## 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 PRYSWAJALNYCH 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 PŁYNNA WZMOCNIONA**

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 PŁYNNA**

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*