

## OPIS SZCZEGÓŁOWY WYMAGANYCH DIET

Posiłki są przygotowane z uwzględnieniem obowiązujących diet, których wykaz i charakterystykę zamieszczono poniżej.

Opisy poszczególnych posiłków stanowią tylko przykład uwzględniający rodzaje przygotowanych diet.

### **I. Wykaz i charakterystyka diet stosowanych obecnie u zamawiającego w zakresie żywienia całodobowego.**

1. Całodzienne żywienie pacjentów realizowane jest na podstawie jadłospisu dekadowego, uzgodnionego pomiędzy dietetyczką Zamawiającego a przedstawicielem Wykonawcy. Diety indywidualne będą realizowane na bieżąco z polecenia dietetyczki Zamawiającego zgodnie z zaleceniem lekarza.
2. Posiłki należy przygotowywać zgodnie z normami HACCP oraz zgodnie z zasadami wskazanej diety, przy zachowaniu norm dziennych racji pokarmowych opracowanych przez Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie – „Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach”.
3. Informacje ogólne dotyczące stosowanych diet:
  - Jadłospis powinien składać się z minimum trzech posiłków.
  - **Śniadanie** powinno składać się z: 2 rodzajów pieczywa, masła roślinnego - podawanego w formie jednorazowej zamkniętej, dodatku do pieczywa typu: wędlina, sery, warzywa sezonowe. Pasty, twarogi, galaretki należy serwować w oddzielnym naczyniu, dżemy i miody - podawane w formie jednorazowej zamkniętej itp. oraz gorącego napoju podawanego w kubkach z uchwytem (np. herbata).
  - **Obiad** powinien składać się z:
    - 4x/dekadę z zupy i II dania w skład, którego wchodzi: porcja mięsa (I gatunek - sztuka np. bitka drobiowa, udko, ryba), ziemniaki (lub kasza, ryż, makaron), porcja surówki lub gotowanych warzyw (serwowanych w oddzielnym naczyniu) i kompotu lub wody ze sokiem.
    - 2 x/dekadę z zupy i II dania w skład, którego wchodzi: porcja mięsa (przetworzona np. pulpet, zraz, gulasz, gołąbki), ziemniaki (lub kasza, ryż, makaron), porcja surówki lub gotowanych warzyw (serwowanych w oddzielnym naczyniu) i kompotu lub wody ze sokiem.
    - 2 x/dekadę z zupy i II dania „jarskiego” w skład, którego wchodzi np. ryż na mleku z musem jabłkowym, grysik na mleku + owoc) oraz kompot lub woda z sokiem.
    - 2 x/dekadę tzw. „danie jednogarnkowe” typu: fasolka po bretońsku z pieczywem, potrawka drobiowa z kaszą, zupa typu: żurek, jarzynowa, krupnik z kielbasą i pieczywem oraz kompot lub woda z sokiem.
  - **Kolacja** powinna składać się z: pieczywa mieszanego, masła roślinnego - podawanego w formie jednorazowej zamkniętej, dodatku do pieczywa typu: wędlina, sery, warzywa sezonowe. Pasty, twarogi, galaretki należy serwować w oddzielnym naczyniu, dżemy i miody - podawane w formie jednorazowej zamkniętej itp. oraz gorącego napoju podawanego w kubkach z uchwytem (np. herbata).
  - Dobór wszystkich produktów powinien być urozmaicony, z uwzględnieniem sezonowości produktów oraz zgodny z zaleceniami dla danej diety.
  - W jadłospisie dla dzieci wyklucza się tzw. ”dania jednogarnkowe” oraz masło roślinne. Każdego dnia (w ramach drugiego śniadania czy podwieczorku) jadłospis ten powinien być wzbogacony o urozmaicone dodatki typu: kisiel mleczny, kisiel owocowy, soki, herbatniki, wafle, owoce sezonowe, jogurty, serki homo, itp. na

przemian z zupą mleczną. Do śniadania i kolacji przewiduje się dodatek tłuszczowy w postaci masła prawdziwego (82% tłuszczu) w opakowaniu jednorazowym.

- Wykonawca zapewni na oddziały szpitalne 2 razy na miesiąc dodatki typu: herbata 100g, cukier 1kg, sucharki 300g z wyłączeniem Stacji Dializ.

4. Wykaz przykładowych diet stosowanych u Zamawiającego:

**4.1. Dieta podstawowa**

Ma gwarantować pełne zapotrzebowanie pacjenta na energię, niezbędne składniki odżywcze potrzebne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, utrzymania należytej masy ciała i zachowania zdrowia. W diecie podstawowej dozwolone są wszystkie produkty, a także wszystkie techniki sporządzania potraw, co gwarantuje różnorodność dostarczanych posiłków. Jednak z uwagi na zmieniony tryb życia, oraz małą aktywność fizyczną pacjentów hospitalizowanych zaleca się, aby w diecie znacznie ograniczyć potrawy ciężko strawne i wzdymające.

- Wartość energetyczna – 2000kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Dieta obejmuje 3 posiłki (śniadanie, obiad, kolacja) opisane w pkt.1/3

**4.2. Dieta dla dzieci w wieku 4 – 15 lat**

Dieta spełnia założenia diety podstawowej, przewiduje następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 1800 – 2500 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Dieta obejmuje 3 posiłki:

- Śniadanie: zupa mleczna lub dodatek, kawa zbożowa, herbata lub kakao, pieczywo (2rodzaje), masło prawdziwe i dodatek (wędlina, pasta, ser, twarożek, galaretki, itp.)
  - Obiad: zupa i II danie (np. porcja mięsa, ziemniaki, warzywa) i kompot
  - Kolacja: herbata, pieczywo (2 rodzaje), masło prawdziwe, dodatek.
- Posiłki powinny być urozmaicone. W diecie tej stosuje się wszystkie techniki przyrządzania potraw.

**4.3 Dieta płynna (mleczna)**

Jest to dieta нефизиологична, stosowana 1-3 dni. Dieta płynna jest zalecana w okresie pooperacyjnym lub w przygotowaniu do badań diagnostycznych.

**4.4 Dieta miksowana – przez zgłębnik odżywczy**

Dieta stosowana jest w chorobach jamy ustnej i przełyku oraz u chorych nieprzytomnych. Pożywienie musi być łatwostrawne, niepowodujące wzdęć, biegunek, zaparc. Dieta miksowana bardzo często podawana jest za pomocą sondy, dlatego wymagana jest jednolita i płynna konsystencja potraw (przetarte lub zmiksowane).

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2000kcal
- Białko – 16-20% dobowego zapotrzebowania energetycznego

- Tłuszcze – 30-32 % dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany – 44-54% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

#### **4.5 Dieta miksowana - papkowata**

Dieta stosowana jest w chorobach jamy ustnej i przełyku oraz u chorych leżących. Pożywienie musi być łatwostrawne, niepowodujące wzdęć, biegunk, zaparć. Dieta miksowana -papkowata bardzo często podawana jest za pomocą łyżeczki, dlatego wymagana jest jednolita i papkowata konsystencja potraw (zmielone lub zmiksowane).

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2000 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

#### **4.6. Dieta bogatobiałkowa - łatwostrawna**

Dieta jest modyfikacją diety łatwostrawnej, która polega na zwiększeniu ilości białka w pożywieniu. Stosowana jest u osób wyniszczonych i u kobiet karmiących piersią.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2200-2400kcal
- Białko – 15-20% dobowego zapotrzebowania energetycznego (100-120g białka )
- Tłuszcze – 30-40 % dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Dieta obejmuje 3 posiłki, wymaga użycia pełnowartościowego białka. Na śniadanie i kolację powinna zawierać dwa dodatki, w tym, co najmniej jeden, zawierający pełnowartościowe białko. Z diety tej należy w znacznej części wyeliminować mleko słodkie. Posiłki powinny być urozmaicone.

#### **4.7. Dieta bogatobiałkowa – podstawowa**

Dieta ta ma zastosowanie u pacjentów oddziału Onkologii.

Posiłki typu: śniadanie i kolacja planowane powinny być wg zasad żywienia dla diety łatwostrawnej, natomiast obiad wg zasad diety podstawowej (z wykluczeniem potraw typu: bigos, fasolka po bretońsku itp.). Ma to na celu urozmaicenie posiłków ze względu na często występujący brak apetytu.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2200-2400kcal
- Białko – 15-20% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 30-40 % dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Dieta obejmuje 3 posiłki, wymaga użycia pełnowartościowego białka. Na śniadanie i kolację powinna zawierać dwa dodatki, w tym, co najmniej jeden, zawierający pełnowartościowe białko. Z diety tej należy w znacznej części wyeliminować mleko słodkie. Posiłki powinny być urozmaicone.

#### **4.8. Dieta ubogosodowa**

Jest dietą łatwostrawną o obniżonej zawartości soli kuchennej stosuje się ją w nadciśnieniu tętniczym i w dializoterapii.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2000kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Dieta obejmuje 3 posiłki należy znacznie ograniczyć użycie soli kuchennej, słonych przypraw i produktów niewskazanych dla pacjentów dializowanych.

#### **4.9. Dieta łatwostrawna**

Jest modyfikacją diety podstawowej, głównie stosowana w zakładach leczniczych, stosowana w chorobach błony śluzowej żołądka i jelit, w okresie rekonwalescencji po zabiegach operacyjnych, w zaburzeniach pracy przewodu pokarmowego i u pacjentów długoleżących. Polega na wykluczeniu produktów ciężkostrawnych, potraw tłustych, smażonych, pieczonych w tradycyjny sposób, długo zalegających w żołądku, zdymających, ostro przyprawionych. Potrawy sporządza się techniką gotowania w wodzie, na parze, duszenia, pieczenia w piecach konwekcyjnych.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2200-2400 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Posiłki powinny być urozmaicone z uwzględnieniem odpowiednich techniki przyrządzania potraw.

#### **4.10. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego**

Jest to dieta łatwostrawna z ograniczoną ilością produktów i potraw działających pobudzająco na czynność wydzielniczą żołądka. Stosowana u pacjentów z chorobą wrzodową żołądka i dwunastnicy, w przewlekłym nadkwaśnym nieżycie żołądka i w refleksie żołądkowo-przełykowym. Techniki sporządzania potraw i wartości odżywcze ja w diecie łatwostrawnej.

#### **4.11. Dieta łatwostrawna dla dzieci**

Zalecenia jak w diecie łatwostrawnej a jadłospis dla dzieci powinien być wzbogacony w dodatki stosowne do zaleceń dietetycznych diety.

Dieta obejmuje 3 posiłki:

- Śniadanie: zupa mleczna lub dodatek, kawa zbożowa, herbata, pieczywo, masło prawdziwe i dodatek (wędlina, pasta, twarożek, itp.)
- Obiad: zupa i II danie (np. porcja mięsa, ziemniaki, warzywa) i kompot
- Kolacja: herbata, pieczywo (2 rodzaje), masło prawdziwe, dodatek.

Posiłki powinny być urozmaicone. W diecie tej stosuje się techniki przyrządzania potraw i wartości odżywcze jak w diecie łatwo strawnej.

#### **4.12. Dieta dla dzieci 1-3 lat**

Zalecenia jak w diecie łatwostrawnej dla dzieci. Modyfikacja polega na zmniejszeniu objętościowo wielkości porcji oraz podawania niektórych produktów (np. mięsa

obiadowego) w postaci mielonej. Jadłospis dla dzieci powinien być wzbogacony o dozwolone dodatki.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 1000-1200 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 28-32% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego

#### **4.13. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

Dieta ta ma zastosowanie w przewlekłym zapaleniu i kamicy pęcherzyka żółciowego oraz dróg żółciowych, w przewlekłym zapaleniu wątroby, w przewlekłym zapaleniu trzustki. Jest modyfikacją diety łatwostrawnej, polegającą na zmniejszeniu produktów będących źródłem tłuszczu zwierzęcego oraz obfitujących w cholesterol. Techniki sporządzania potraw to gotowanie w wodzie i na parze.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 2000kcal
- Białko – 12-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 15-20% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

Specyfika tej diety wymaga aby wędliny podawane w diecie były wysokiej jakości.

#### **4.14. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu dla dzieci**

Jest to dieta нефизиологична, stosowana przez krótki okres czasu, do ustąpienia objawów. Głównie ma zastosowanie w ostrych i przewlekłych stanach biegunkowych, nieżytach żołądka i jelit. Techniki sporządzania potraw to gotowanie w wodzie i na parze, w diecie tej nie podaje się mleka i produktów mlecznych. Jadłospis dla dzieci powinien być wzbogacony w dodatki w celu uzupełnienia wartości energetycznej typu: kisiel owocowy, odpowiednie soki, herbatniki, wafle, przeciery owocowe itp.

#### **4.15. Dieta uobogowęglowodanowa**

Dieta ta jest modyfikacją diety łatwostrawnej, która polega na wykluczeniu z żywienia węglowodanów prostych. Przeznaczona jest dla osób chorych na cukrzycę. Dieta obejmuje 3 posiłki plus urozmaicony dodatek w ramach II śniadania lub podwieczorku np. owoc, jogurt nat. itp. Na śniadanie i kolację powinna zawierać pieczywo żytnie i pszenno-żytnie a dodatki do II dań typu kasza, makarony winny być gruboziarniste, warzywa w tej diecie będą podawane na surowo.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna –2000 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 25-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

#### **4.16. Dieta ubogoenergetyczna**

Dieta ma zastosowanie przy redukcji masy ciała u osób z otyłością i nadwagą. Dieta powinna być ubogoenergetyczna, a równocześnie zrównoważona pod względem zawartości składników odżywczych.

W diecie zakłada się następujące wartości:

- Wartość energetyczna – 1000-1200 kcal
- Białko – 13-15% dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Tłuszcze – 20-30% dobowego zapotrzebowania energetycznego

- Węglowodany uzupełniają resztę dobowego zapotrzebowania energetycznego
- Niezbędne witaminy i składniki mineralne.

#### 4.17. Dieta papkowata

Jest to dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji, stosowana u osób starszych oraz przy utrudnionym gryzieniu i połykaniu. Dieta obejmuje 3 posiłki: śniadanie i kolacja powinny zawierać zupę i rozdrobniony dodatek do pieczywa; obiad powinien składać się z przecieranej zupy i mięsa w postaci mielonej z dodatkiem sosu oraz warzyw. Wartość odżywcza jak w diecie łatwostrawnej.

#### 4.18. Dieta kleikowa

Jest to dieta нефизjologiczna, rodzaj kleiku stosowany jest w zależności od rodzaju schorzenia. Dieta ta może być stopniowo rozszerzana o następujące produkty: sucharki, kisiel, przetarte jarzyny, gotowane i przetarte jabłko, białko jaja, mięso drobiowe w postaci gotowanej i mielonej.

#### 4.19. Diety specjalne na zlecenie lekarza

Wykonawca zobowiązany jest do sporządzania diet nie występujących w/w wykazie np.: ziemniaczana, aspirynowa, ubogoresztkowa, wegetariańska, ubogobiałkowa, bezglutenowa i inne. Dieta jest ustalana indywidualnie dla każdego pacjenta, a jadłospis konsultowany jest z dietetykiem szpitalnym.

#### 5. Szacunkowe ilości konsumowanych diet:

Lp	Rodzaj diety	Za 1 miesiąc udział w %
I	<b><u>Diety dla dorosłych:</u></b>	
1	Dieta podstawowa	38,8
2	Dieta płynna (mleczna)	0,9
3	Dieta miksowana	5
4	Dieta miksowana - papkowata	0,4
5	Dieta bogatobiałkowa – łatwostrawna	3,2
6	Dieta bogatobiałkowa – podstawowa	3,2
7	Dieta ubogosodowa	1,5
8	Dieta łatwostrawna	12,3
9	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	4,1
10	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	1
11	Dieta ubogowęglowodanowa	17,3
12	Dieta ubogoenergetyczna	0,8
13	Dieta papkowata	4,8

14	Dieta kleikowa	0,4
15	Diety specjalne / na zlecenie lekarza /	0,8
II	<u>Diety dla dzieci:</u>	
1	Dieta dla dzieci w wieku 4-15 lat	2,7
2	Dieta łatwostrawna dla dzieci	1,1
3	Dieta dla dzieci 1-3 lat	1,7
4	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu dla dzieci	0
5	Diety specjalne / na zlecenie lekarza /	0
	Razem:	100%