

## WYMAGANIA DOTYCZĄCE JAKOŚCI, ILOŚCI POSIŁKÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZEJ POSZCZEGÓLNYCH DIET STOSOWANYCH U ZAMAWIAJĄCEGO

Wykonawca w planowaniu i żywieniu pacjentów NIGRiR w Warszawie zobowiązany jest przestrzegać aktualnych norm żywienia dla populacji polskiej według Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie (białko, tłuszcze, węglowodany, witaminy, makro i mikroelementy oraz woda) uwzględniając zapotrzebowanie dla poszczególnych diet i jednostek chorobowych.

Dla wszystkich pacjentów dieta niskoszczawianowa (bez szpinaku i rabarbaru) oraz dieta niskopurynowa (bez wyciągu z kości i mięsa, podrobów, dziczyzny, baraniny, śledzi, czekolady, kawy naturalnej, soi, soczewicy, fasoli, grochu)

### Wymagania dotyczące jakości posiłków:

- 1) wykorzystywanie produktów świeżych, wysokogatunkowych o odpowiedniej jakości (m.in. chude wędliny, chude mięsa, ryby, jajka ),
- 2) zapewnienie w minimum jednym posiłku produktu białkowego pochodzenia zwierzęcego (oprócz diet wegetariańskich)
- 3) prawidłowe rozdzielenie wartości kalorycznej i objętości pożywienia na posiłki w ciągu dnia, prawidłowy dobór kolorystyki i konsystencji produktów i potraw,
- 4) zestawienie produktów i potraw umożliwiające zachowanie równowagi kwasowo-zasadowej, zachowanie prawidłowych stosunków kwasów tłuszczowych oraz zachowanie prawidłowego udziału białka zwierzęcego w ogólnej ilości białka w posiłkach.
- 5) urozmaicenie posiłków z uwzględnieniem sezonowości owoców i warzyw oraz zapewnienia dodatku warzywnego lub owocowego minimum 100g w każdym posiłku w tym dwa dodatki do kolacji,
- 6) urozmaicenie posiłków pod względem doboru produktów, nie powtarza się planowanych potraw w ciągu jednej dekady
- 7) dbałość o właściwe walory smakowe posiłków, posiłki muszą estetycznie wyglądać,
- 8) przestrzeganie gramatury poszczególnych porcji,
- 9) dostarczone posiłki muszą posiadać odpowiednią temperaturę
  - a) zupa temp. > 80 °C
  - b) drugie danie temp. >70°C
  - c) gorące napoje temp.> 85° C
  - d) surówki, sałatki temp. <4°C.
- 10) posiłki nie mogą być przygotowane z półproduktów, potraw w proszku i potraw gotowych (mrożonych pierogów, klusek, pulpetów), zakaz stosowania wszelkich mieszanek i koncentratów z benzoesanem sodu typu kostki rosółowe, Vegeta, itp.
- 11) wymagania ilościowe:
  - a) zupy mleczne i obiadowe w ilości 400 ml na osobę, kompot i herbata 300 ml na osobę
  - b) wędliny, sery i inne produkty (śniadanie, kolacja) minimum 50g na osobę, danie główne obiadowe: porcja mięsa, ryby minimum 80 g i taka sama gramatura mięsa w ewentualnych potrawkach nie wliczając sosów
  - c) dodatek warzywno-owocowy minimum 100 g do każdego posiłku (jako zamiennik owoców dopuszczalny jest tylko i wyłącznie dżem owocowy – niskosłodzony)
  - d) pieczywo mieszane w ilości po 100 g do śniadania kolacji, z wyjątkiem diet odchudzających, diet <2 roku życia i indywidualnych
  - e) masło po 15 g na osobę – do śniadania i kolacji (razem 30 g)
  - f) łącznie kaloryczność ok. 2200 kcal z wyjątkiem diet ubogoenergetycznych i indywidualnego zapotrzebowania zgodnego ze stanem zdrowia pacjenta.

**W okresach świątecznych Wykonawca zobowiązany jest do przygotowywania dla pacjentów posiłków z uwzględnieniem tradycyjnych potraw spożywanych w tym czasie.**

1. Dieta podstawowa:

Dopuszczalne jest spożywanie większość potraw z wyjątkiem potraw tłustych, ciężkostrawnych oraz wzdymających. Preferowaną techniką przyrządzania posiłków jest gotowanie, duszenie oraz pieczenie bez dodatku tłuszczu.

2. Dieta łatwo strawna:

Charakteryzuje się przyrządzaniem potraw lekkostrawnych z całkowitym wykluczeniem potraw ciężkostrawnych, tłustych, wzdymających, długo zalegających w żołądku oraz mocno przyprawionych. Stosowanie obróbki cieplnej poprzez gotowanie w wodzie, gotowanie na parze, duszenie oraz pieczenie w folii bez dodatku tłuszczu.

3. Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika (choroby dróg żółciowych i trzustki):

Dieta lekkostrawna z ograniczeniem ilości tłuszczu do 45-50 g/dobę. Dieta przewiduje 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja).

4. Dieta wrzodowa:

Podstawą jest dieta łatwo strawna – z ograniczeniem produktów i potraw pobudzających wydzielanie kwasu żołądkowego (potrawy smażone na tłuszczu, tłuste sosy na zasmażce, mocne wywary z mięsa, galarety z mięsa i ryb, wywary z silnie aromatyzujących warzyw, kawa naturalna, mocna herbata)

Dieta przewiduje 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja)

5. Dieta bezsolna:

Podstawą jest dieta łatwo strawna – bez dodatku soli i przypraw typu Vegeta, pieczywo, wędlinę zastępujemy ich bezsolnymi odpowiednikami.

6. Diety łatwo strawne o zmienionej konsystencji:

Zaliczamy diety: papkowate, płynne, przetarte oraz kleik. Podstawę stanowi dieta lekkostrawna dla diety płynnej i papkowej konieczne jest rozdrobnienie posiłku tak aby nie wymagało gryzienia. Dietę przecieraną podajemy w formie zmiksowanej zupy, rozdrobnionych wędlin oraz mięs. Dietę kleikową – kleik ryżowy z dodatkiem sucharów bez cukru.

Dieta przewiduje 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja).

7. Dieta bogatoresztkowa:

Dieta łatwo strawna – zwiększona w całodziennym pożywieniu ilości błonnika i płynów.

8. Dieta ubogo energetyczna:

Dieta łatwo strawna – zmniejszeniu ulega spożycie produktów bogatych w węglowodany i tłuszcze.

Energia – 1200 – 1500 kcal

Białko – 76 – 83 g

Tłuszcze – 34 – 41 g

Węglowodany – 150 – 202 g

9. Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa (w chorobach wątroby, zespole nerczycowym, opóźnionego wchłaniania):

Dieta łatwo strawna ze zwiększoną ilości białka minimum 100 g/dobę, białko powinno pochodzić głównie z produktów zwierzęcych: białka jaj, mleka, sera twarogowego, chudych mięs i wędlin, ryb.

Dieta przewiduje 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie – dodatek białkowy, obiad, podwieczorek – dodatek białkowy, kolacja).

Energia – 2000 – 2200 kcal  
Białko – 100 g + 10%  
Tłuszcz – 70 g +/- 10%  
Węglowodany - 341 g +/- 10%

10. Dieta łatwo strawna niskobiałkowa (niewydolność nerek i wątroby):

Dieta łatwo strawna ze zmniejszoną ilością białka od 40-50 g/dobę do 20 – 30 g/dobę.  
W przypadku tej diety może być konieczna indywidualizacja zaleceń dietetycznych.  
Dieta przewiduje 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja).  
Energia – 2000 – 2200 kcal  
Białko – 30 g + 10%  
Tłuszcz – 74 g +/- 10%  
Węglowodany – 354 g +/- 10%

11. Dieta niskocholesterolowa:

Podstawę stanowi dieta łatwo strawna z wykluczeniem produktów bogatych w cholesterol (żółtka jaj, masło, tłuste mleko, śmietany, sera żółtego).  
Cholesterol w całodniowym wyżywieniu powinien być poniżej 300 mg.

12. Dieta cukrzycowa 5 posiłkowa:

Podstawę stanowi dieta łatwo strawna z wykluczeniem produktów zawierających dużą ilość cukrów prostych (owoce, miód, słodycze, dżemy, soki) oraz ograniczenie tłuszczów zwierzęcych.  
Dodatek cukrzycowy: skład – produkt węglowodanowy (zapewnia 2 WW) z produktem białkowym (białko pełnowartościowe, o niskiej zawartości cholesterolu), napój bezmleczny niesłodzony 250 ml.  
W diecie cukrzycowej indeks glikemiczny nie powinien przekraczać 69, natomiast ładunek glikemiczny 19.  
W diecie przewidzianych jest 5 posiłków (śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja).

Dieta dla cukrzyka wątrobowego:

j.w. z uwzględnieniem wymagań dla diety wątrobowej.

13. Dieta bezmleczna:

Dieta łatwo strawna z wykluczeniem mleka, produktów mlecznych oraz jego przetworów.

14. Dieta specjalna (przeciw biegunkowa – Clostridium Difficile /rzekomobłoniaste zapalenie jelit)

Dieta lekko strawna z wykluczeniem produktów przeciwwskazanych jak mięso wieprzowe i wołowe, dżemy, mleko i produkty mleczne, cukier, miód, słodka herbata, pełnoziarniste produkty zbożowe, szpinak, buraki oraz surowe owoce i warzywa.  
Zalecane natomiast są gotowane dania mięsne i półmięsne z drobiu, ryb, ryż biały, gotowana marchewka, ziemniaki puree, chleb/bułka pszenna, chude mięso (drób) i chude ryby.  
Zalecane techniki kulinarne: gotowanie, gotowanie na parze lub wodzie, pieczenie w folii lub pergaminie, rozdrabnianie, przecieranie.