

SPECYFIKACJA STOSOWANYCH DIET

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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety podstawowej:

Energia minimum 2000 kcal,

Białko ogółem minimum 80g,

Białko zwierzęce minimum 45g,

Tłuszcze ogółem 65g,

Węglowodany ogółem 275g,

Błonnik pokarmowy 30-40g,

Wapń 900mg, Żelazo 13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70 mg.

DIETA ŁATWO STRAWNA

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 według udziału procentowego energii z diety, tj.: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety łatwo strawnej:

Energia minimum 2000 kcal,

Białko ogółem minimum 80g,

Białko zwierzęce minimum 45g,

Tłuszcze ogółem 65g,

Węglowodany ogółem 275g,

Błonnik pokarmowy 30-40g,

Wapń 900mg, Żelazo 13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70 mg.

DIETA ŁATWO STRAWNA 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 według udziału procentowego energii z diety, tj.: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%. UWAGA: z uwagi na profil pacjentów OCO dopuszcza w tej diecie tylko produkty zalecane (bez ograniczeń) u Ciborowskiej, Rudnickiej.

Założenia diety łatwo strawnej z ograniczeniem tłuszczu:

Energia minimum 2000kcal,

Białko ogółem minimum 85g,

Białko zwierzęce minimum 50g,

Tłuszcze ogółem 35-40g,

Węglowodany ogółem 330g,

Błonnik pokarmowy poniżej 20g,

Wapń 900mg, Żelazo 13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7 mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70mg.

DIETA ŁATWO STRAWNA 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 według udziału procentowego energii z diety, tj.: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

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

Energia minimum 2000kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Białko zwierzęce minimum 50g,
Tłuszcze ogółem 70g,
Węglowodany ogółem 260-265g,
Błonnik pokarmowy poniżej 25g,
Wapń 900mg, Żelazo 13mg, witamina A 750 µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70mg.

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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Energia minimum 2000 kcal,
Białko ogółem minimum 80g,
Białko zwierzęce minimum 45g,
Tłuszcze ogółem 65g,
Węglowodany ogółem 275g,
Błonnik pokarmowy 35-40g,
Wapń 900mg., Żelazo 13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70mg.

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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety łatwo strawnej niskobiałkowej:

Energia minimum 2000kcal,
Białko ogółem 40g ,
Białko zwierzęce 30g,
Tłuszcz ogółem 65-70g,
Węglowodany ogółem 310g,
Błonnik pokarmowy 25g,
Wapń 900mg, Żelazo 13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C 70mg.

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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety łatwo strawnej bogatobiałkowej:

Energia minimum 2200 - 2300kcal,

Białko ogółem minimum 110g ,

Białko zwierzęce minimum 70g,

Tłuszcz ogółem 70g,

Węglowodany ogółem 280-310g,

Błonnik pokarmowy poniżej 30g,

Wapń 900mg, Żelazo >13mg, witamina A 750µg, witamina B1 1,7mg, witamina B2 2,0mg, witamina C > 70mg.

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - DIETA PAPKOWATA

Posiłki powinny być przygotowane według założeń dotyczących diety papkowej, a więc: charakterystyki diety, uwag technologicznych oraz produktów i potraw zalecanych, a także założeń zamieszczonych poniżej oraz powinny być prawidłowo rozłożone na posiłki według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety papkowej:

Identyczne jak dla diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej.

UWAGA: odmianą diety papkowej, stosowanej przez szpital, jest dieta MIELONA, gdzie składniki diety są mielone, ale każde osobno, a nie w formie zmiksowanej jednorodnej zupy.

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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety płynnej wzmocnionej:

Identyczne jak dla diety łatwo-strawnej bogatobiałkowej

DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI NIEFIZJOLOGICZNE - DIETA PŁYNNA

W diecie podaje się płyny obojętne takie jak:

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

DIETA ŁATWO-STRAWNA 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 według udziału procentowego energii z diety: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%.

Założenia diety bezmlecznej:

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

DIETA ŁATWO-STRAWNA 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 według udziału procentowego energii z diety, tj.: śniadanie 35%, obiad 40%, kolacja 25%. 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 bezglutenowych Bochenek szlachecki Jasny lub Białe firmy Bezgluten.

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
- mięsa i ryby wyłącznie chude.

UWAGA: informacja o produktach i technikach dozwolonych w danej diecie według wydawnictwa: Dietetyka Żywnie zdrowego i chorego człowieka, H. Ciborowska, A. Rudnicka. Wyd. PZWL 2014.

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