

## CHARAKTERYSTYKA DIET OBOWIĄZUJĄCYCH W SZPITALU W KNUROWIE

NAZWA DIETY	CHARAKTERYSTYKA I ZAŁOŻENIA DIETY
<b>Dieta podstawowa</b>	<p>Dieta dla chorych nie wymagających żywienia dietetycznego. Musi spełniać wymagania racjonalnego żywienia ludzi zdrowych. W diecie dozwolone są wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania potraw.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia: 1800-2200 kcal</li> <li>2. Białko 65-85g, w tym białko zwierzęce 40g</li> <li>3. Tłuszcze 60-70g</li> <li>4. Węglowodany 240-310g</li> <li>5. Błonnik pokarmowy &gt;25g</li> <li>6. Cholesterol &lt;300mg</li> </ol>
<b>Dieta łatwo strawna</b>	<p>Jest modyfikacją diety podstawowej. Polega na doborze produktów łatwo strawnych oraz technik kulinarnych czyniących potrawę łatwo przyswajalną (gotowanie w wodzie, pieczenie w folii lub pergaminie, na parze, duszenie bez obsmażania).</p> <p>W diecie tej nie podaje się potraw ostrych, wędzonych, smażonych, pieczonych, tłustych, surowych i zawierających dużo błonnika.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 1800-2200 kcal</li> <li>2. Białko 65-85g</li> <li>3. Tłuszcze 60-70g</li> <li>4. Węglowodany 240-310g</li> <li>5. Błonnik pokarmowy &lt;25g</li> </ol> <p>Uwagi technologiczne: Przeciwwskazane metody obróbki cieplnej: smażenie, tradycyjne duszenie, pieczenie, potrawy z rożna i rusztu. Zalecane: gotowanie w wodzie, na parze, pieczenie w folii lub pergaminie, duszenie bez obsmażania.</p> <p>Zalecane metody zagęszczania: zawiesiny z mąki i mleka lub mąki i wody.</p>
<b>Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	<p>Jest oparta na zasadach diety łatwo strawnej. Zmniejszeniu ulega ilości produktów będących źródłem tłuszczu zwierzęcego oraz obfitujących w cholesterol. Źródłem tłuszczu w diecie powinny być produkty białkowe oraz tłuszcz dodawany do pieczywa i gotowych potraw.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 1800-2200kcal</li> <li>2. Białko ogółem 70-85g w tym białko zwierzęce 40g</li> <li>3. Tłuszcz 40g</li> </ol>

	<p>4. Węglowodany przyswajalne 290-330g 5. Błonnik pokarmowy &lt;25g</p> <p>Uwagi technologiczne: Zalecane metody obróbki termicznej: gotowanie w wodzie, na parze, w ograniczonych ilościach: duszenie bez obsmażania Zalecane metody zagęszczania potraw: zawiesiny z mąki i mleka lub mąki i wody.</p>
<b>Dieta łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</b>	<p>Dieta ta powinna być łatwostrawna, pozbawiona potraw i produktów działających pobudzająco na wydzielanie soku żołądkowego. Ogranicza się produkty bogate w błonnik jak pieczywo razowe, grube kasze, surowe warzywa i owoce. Wyklucza się produkty wzdymające, trudno strawne, ostro przyprawione.</p> <p><u>Założenia diety:</u> 1. Energia 1800-2200 kcal 2. Białko ogółem 65g-85g 3. Białko zwierzęce 40g 4. Tłuszcz 60-70g 5. Węglowodany 240-310g 6. Błonnik pokarmowy &lt;25g</p> <p>Uwagi technologiczne: Zalecane metody obróbki termicznej: gotowanie w wodzie, na parze, duszenie bez obsmażania. Zalecane metody zagęszczania potraw: zawiesiny z mąki i mleka lub mąki i wody, dozwolony dodatek śmietanki.</p>
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	<p>Dieta polega na znacznym ograniczeniu łatwo przyswajalnych węglowodanów, w związku z tym także słodczy i przetworów zawierających znaczny dodatek cukru. Ogranicza się również tłuszcze (ze względu na profilaktykę powikłań naczyniowych), natomiast zwiększa się nieco ilość białka w porównaniu do żywienia człowieka zdrowego.</p> <p><u>Założenia diety:</u> 1. Energia 1700-2200kcal 2. Białko 60-85g 3. Tłuszcze 55-65g 4. Węglowodany 220-300g 5. Błonnik pokarmowy 30g-40g</p>
<b>Dieta bogatoreszkowa</b>	<p>Jest modyfikacją diety podstawowej polegającą na zwiększeniu ilości błonnika i podaży płynów.</p> <p><u>Założenia diety:</u> 1. Energia 1800-2200kcal 2. Białko 65-85g, w tym białko zwierzęce 40g 3. Tłuszcze 60-70g 4. Węglowodany 240-310g</p>

	<p>5. Cholesterol &lt;300mg</p> <p>6. Błonnik pokarmowy 30-40g w tym 10-15 błonnik nierozpuszczalny</p>
<b>Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa</b>	<p>Celem diety bogatobiałkowej jest dostarczenie organizmowi ilości białka potrzebnego do budowy i odbudowy tkanek ludzkiego ustroju np. dzieciom, osobom starszym, osobom z ranami, odleżynami, owrzodzeniami, itp.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 2000-2300kcal</li> <li>2. Białko ogółem 100-120g/dobę</li> <li>3. Białko zwierzęce 70g</li> <li>4. Tłuszcz 55-70g,</li> <li>5. Węglowodany 240-310g</li> <li>6. Błonnik pokarmowy &lt;30g</li> </ol> <p>Uwagi technologiczne: Zalecane metody obróbki termicznej: gotowanie w wodzie, na parze, duszenie bez obsmażania, pieczenie w folii. Wyklucza się smażenie i pieczenie na tłuszczu. Zalecane metody zagęszczania potrawy: zawiesiny z mąki i mleka lub mąki i wody, podprawą zacieraną, żółtkiem, dozwolony jest dodatek śmietanki.</p>
<b>Dieta łatwo strawna niskobiałkowa</b>	<p>Charakterystyczną cechą diety jest zmniejszona ilość białka do granic tolerancji tego składnika przez chorego.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 1700-2200kcal</li> <li>2. Białko: 20-50g w tym 2/3 to białko zwierzęce</li> <li>3. Tłuszcz 60-80g</li> <li>4. Węglowodany 320-360g</li> </ol>
<b>DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI</b>	
<b>Dieta papkowata</b>	<p>Zawartość składników pokarmowych jak w diecie łatwo strawnej.</p> <p>Różnica polega na konsystencji potraw. Wszystkie produkty i potrawy podawane są w formie papkowatej, nie wymagającej gryzienia. Dieta opiera się na produktach z niską zawartością błonnika i tkanki łącznej.</p> <p>Uwagi technologiczne: potrawy sporządza się tylko metodą gotowania. Zastosowanie mają zupy przecierane, zupy kremy, podprawiane zawiesiną, z dodatkiem śmietanki, żółtka, masła. Warzywa zaleca się w postaci gotowanej i rozdrobnionej. Mięso gotowane mielone lub sporządzane z masy mielonej najlepiej podawać z sosami, wędliny podaje się w postaci pasty.</p>
<b>Dieta płynna</b>	<p>Charakterystyczną cechą jest płynna konsystencja. Pokarmy stałe są rozdrabniane (miksowane lub przecierane), odpowiednio rozcieńczane dla nadania konsystencji płynnej.</p> <p>Podaje się np. pieczywo rozmoczone i zmiksowane w mleku, kasze</p>

	<p>w formie kleików, mięso i warzywa zmiksowane w zupie.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 1600-2000kcal 1 mililitr diety powinien dostarczać 0,8-1,0 kcal</li> <li>1. Białko 60-85 g</li> <li>2. Tłuszcze 55-70 g</li> </ol>
<b>Dieta do żywienia przez zgłębnik lub przetokę</b>	<p>1 mililitr diety powinien dostarczać 1 kcal energii, co daje najwłaściwsze stężenie składników pokarmowych.</p> <p>Całodobowa dieta powinna mieć objętość 2 litry i wartość energetyczną 2000kcal.</p>
<b>Dieta kleikowa</b>	<p>Podstawą są kleiki gotowane w wodzie z ryżu, płatków owsianych, kaszy jęczmiennej, kaszy mannej. Porcja gotowego kleiku powinna mieć objętość ok. 500 ml.</p> <p><u>Założenia diety:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Energia 1000kcal</li> <li>2. Węglowodany 220g</li> <li>3. Białko 25g</li> <li>4. Tłuszcz 5g</li> </ol>