

**OPIS DIET DLA PACJENTÓW  
STOSOWANYCH W  
MIĘDZYLESKI SZPITALU SPECJALISTYCZNYM W WARSZAWIE**

Nazwa diety	Ilość posiłków	Nazewnictwo oficjalne, podstawowe zasady
<b>Każda z diet jest indywidualnie dostosowana do zaleceń dla pacjenta.</b> Możliwa jest dowolna kombinacja diet z wyjątkiem wykluczających się (np. wysokobiałkowa – niskobiałkowa)		
<b>Ścisła</b>		Posiłek nie jest podawany, woda/herbata/ kompot - zalecenia indywidualne
<b>Kleikowa</b>	3	Kleiki z ryżu (zapierający), kaszy jęczmiennej (lekko wzdymający), płatków owsianych (rozwalniający), kaszy manny (lekko wzdymający), gorzka herbata, namoczone sucharki lub czerstwa bułka

<b>Dieta Ogólna</b>	3	<u>Dieta podstawowa</u> dozwolone wszystkie produkty i potrawy oraz wszystkie techniki sporządzania posiłków. Wskazana duża różnorodność produktów.
<b>Dieta Łatwostrawna</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna</u> <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane, ciepłe, pieczywo jasne, ewentualnie graham, mięso i ryby gotowane, masło, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, olej lniany, twarogi, mleko i jogurty naturalne, warzywa i owoce gotowane, drobno starta surówka z marchwi, selera <u>Przeciwwskazane:</u> potrawy smażone i tłuste, ser żółty, topiony, tłuste mięso i wędliny, warzywa kapustne, strączkowe, surówki z warzyw różnych, pieczywo razowe, inne oleje, margaryny
<b>Dieta Wątrobowa</b>	3 - 5	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu.</u> Ograniczenie tłuszczu, ograniczenie błonnika, <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane, ciepłe, mięso drobiowe bez skóry, wołowina, chudy rosół, chude ryby, białko jaj, gotowane jarzyny i owoce, półtłuste twarogi, mleko i jogurty naturalne, jasne pieczywo, masło, oliwa z oliwek i olej rzepakowy w ograniczonych ilościach, dżem bez pestek w umiarkowanych ilościach, <u>Przeciwwskazane:</u> potrawy tłuste i smażone, pieczywo razowe, całe jajka, ser żółty i topiony, margaryny, inne oleje, tłuste mięso i wędliny, warzywa kapustne, strączkowe, szczaw, szpinak, rabarbar surówki z warzyw różnych, alkohol, ciasta i torty, czekolada, słodycze, ewentualnie mleko i przetwory,
<b>Dieta Wysokobiałkowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa</u> – białko 100-120-150 g/dobę, 2/3 białko zwierz, <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane i pieczone bez tłuszczu, pieczywo mieszane, jaja, mleko i przetwory o smaku naturalnym, ser twarogowy, mięso, chuda wędlina, ryby, masło, chude rosoły i zupy, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, warzywa gotowane (marchew, dynia, kabaczki, patisony, buraki, seler, pietruszka, szparagi, pomidory bez skórki, warzywa z wody z dodatkiem tłuszczu), owoce gotowane, pieczone <u>Przeciwwskazane:</u> potrawy smażone na tłuszczu, tłuste mięsa i wędliny, mocna herbata i kawa, sery żółte, topione, pleśniowe, typu feta, wszelkie słodycze i pieczywo cukiernicze, słodkie napoje, pieczywo razowe, pieczywo świeże, margaryny, pozostałe oleje,
<b>Dieta jarzynowa (oddział Pol.-Gin.)</b>	3	<u>Śniadanie:</u> bułka, masło, herbata; <u>obiad:</u> zupa jarzynowa bezmięsna (przecierana), II danie-ziemniaki, jarzyny gotowane (bez kapustnych i strączkowych), <u>kolacja:</u> bułka, masło, herbata
<b>Płynna przed badaniem – kolonoskopia</b>	3	3 posiłki, dieta płynna (tylko czyste zupy i soki), kisiele, buliony, bez owoców pestkowych (np. winogron, pomidorów, kiwi, truskawek)

<b>Dieta Wrzodowa</b>	5	<p><u>Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego.</u> zwiększona ilość białka do 1,2 g/kg mc</p> <p><u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane, ciepłe, jasne pieczywo, mięso i ryby gotowane, jaja na miękko, jajecznica na parze, twarożek, masło, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, miód naturalny i dżem bez pestek w ograniczonych ilościach, mleko w ograniczonych ilościach, ciepłe napoje</p> <p><u>Przeciwwskazane:</u> produkty marynowane, wędzone, pikantne, słone, smażone, pieczone, mocne rosoly, buliony, margaryny, inne oleje, mocne wywary warzywne, galarety, kwaśne napoje, nie rozcieńczone soki z owoców i warzyw, alkohol, kawa naturalna, mocna herbata, pieczywo razowe, grube kasze, surowe owoce i warzywa, potrawy gorące, zimne</p>
<b>Dieta Migdałkowa</b>	5	<p><u>Dieta łatwostrawna</u> – 5 posiłków dziennie, papkowata – miksowana, potrawy letnie, nie gorące, nie zimne, wszystkie potrawy gotowane, łagodne w smaku, nie kwaśne, nie ostre, nie słone;</p>
<b>Dieta do sondy wzmocniona</b>	6	<p><u>Dieta łatwostrawna płynna wzmocniona</u></p> <p>Łatwo strawna, uboga w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw, nie powodująca wzdęć.</p> <p>1 kcal/1ml, 2000 kcal, 1800-2000 ml/dz (lub wg zaleceń).</p> <p><u>Dozwolone:</u> potrawa gotowana, ciepła; kleiki z kasz, mąka, biszkopty, mleko, ser biały, jaja gotowane, chude mięso, chude ryby, masło, słodka śmietanka, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, olej lniany, ziemniaki, warzywa (bez kapustnych, cebulowych i strączkowych, papryki, brukwi, rzepy, surowe,) i owoce gotowane (bez gruszek, śliwek, czereśni, agrestu, surowych, suszonych), łagodne przyprawy – wszystko dokładnie zhomogenizowane, płynne</p> <p><u>Przeciwwskazane:</u> pieczywo świeże, razowe, żytnie, z dodatkami, makarony, grube kasze, przekwaszone mleko, sery żółte i topione, jaja surowe, tłuste mięsa, wędliny, tłuste ryby, kwaśna śmietana, margaryny, inne oleje, smalec, słonina, wszystkie słodczy, kakao, orzechy, ostre przyprawy, alkohol</p>
<b>Dieta Cukrzycowa</b>	6	<p><u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</u></p> <p>Ograniczenie glukozy, fruktozy, sacharozy, zwiększenie węglowodanów złożonych o niskim IG (Indeks Glikemiczny) – skrobi i błonnika pokarmowego. Dieta indywidualna.</p> <p><u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane i pieczone bez tłuszczu, ciepłe, mięso, chude wędliny, ryby, zupy jarzynowe i rosoly na lekkich wywarach mięsnych, oliwa z oliwek i olej rzepakowy, olej lniany, warzywa gotowane (o małej zawartości węglowodanów), warzywa surowe, masło i jaja, jogurty naturalne,</p> <p>W ograniczonych ilościach: chleb żytni, razowy, mieszany, owoce gotowane i surowe, ryż pełnoziarnisty, kasze, ziemniaki</p> <p><u>Zabronione:</u> cukier i wszelkie słodczy, miód, pieczywo pszenne i ciasta, biała mąka, makarony, dżemy, miód, tłuste mięsa i tłuste wędliny, sery żółte, topione, pleśniowe, słodkie mleko, zupy mleczne, margaryny, inne oleje</p>

<b>Dieta Cukrzycowo-wątrobowa</b>	6	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów, tłuszczu i błonnika</u>
<b>Dieta Cukrzycowa bezmleczna, problem z połykaniem</b>	6	- każdy z 6-ciu posiłków to zupa jarzynowa z mięsem (bezmleczna), miksowana w ilości zalecanej przez lekarza i dostosowanej do możliwości pacjenta. Zamiast napojów rzadki kisiel o konsystencji pitnej, bez cukru. <i>Kleik ryżowy – standardowo zabroniony.</i> Dozwolony tylko wyjątkowo, przy konkretnym zaleceniu lekarskim.
<b>Dieta Cukrzycowa bezglutenowa, problem z połykaniem</b>	6	- każdy z 6-ciu posiłków to zupa jarzynowa z mięsem (bezglutenowa), miksowana w ilości zalecanej przez lekarza i dostosowanej do możliwości pacjenta. Zamiast napojów rzadki kisiel o konsystencji pitnej, bez cukru. <i>Kleik ryżowy – standardowo zabroniony.</i> Dozwolony tylko wyjątkowo, przy konkretnym zaleceniu lekarskim.
<b>Dieta Aspirynowa</b>	3	<u>Dieta niskosalicylanowa</u> <u>Dozwolone tylko:</u> mleko, masło, ser twarogowy, jogurt naturalny, ziemniaki, ryż, kasze, makarony, pieczywo białe, mięso gotowane lub pieczone, drób, jajka, oleje roślinne, napoje: woda mineralna niegazowana, słaba herbata czarna (żadnych smakowych), kawa zbożowa, warzywa: kapusta biała, seler, fasolka, ziemniaki, z przypraw tylko pieprz i sól. <u>Zabronione:</u> ryby, inne warzywa, owoce, soki owocowe i warzywne, wędlina
<b>Dieta Bezmleczna</b>	3 - 5	<u>Dieta łatwostrawna z wykluczeniem produktów mlecznych</u> <u>Dozwolone:</u> indyk, kurczak, schab, warzywa, owoce, kasze, pieczywo bez dodatku mleka, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, ewentualnie warunkowo masło, <u>Zabronione:</u> mleko, sery i twarogi, śmietana, napoje mleczne, margaryny, wołowina, cielęcina, słodycze, ciasta, wędliny
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	3 - 5	<u>Dieta łatwostrawna z wykluczeniem produktów zawierających gluten</u> <u>Dozwolone:</u> warzywa, owoce, nabiał bez dodatku mąki zawierającej gluten, mięso, ryby, masło, pieczywo bezglutenowe Dozwolone zboża: ryż, kukurydza, proso – kasza jaglana, mąka bezglutenowa, mąka ziemniaczana, kasza gryczana (warunkowo, dzieci starsze, przy dobrej tolerancji), amarantus, quinoa, <u>Zabronione:</u> produkty z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, pieczywo zwykłe, makarony zwykłe, wszystkie słodycze, wędliny przemysłowe i inne produkty bez znaku przekreślonego kłosa.
<b>Dieta Bezsolna (Niskosodowa)</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem soli kuchennej</u> Wykluczyć z diety: sól kuchenną, konserwy, mięso peklowane, wszystkie wędliny, śledzie, ryby morskie, podroby, buliony, wyciągi mięsne, margaryny, mleko krowie, szparagi, seler, proszek do pieczenia, przyprawy paczkowane z dodatkiem soli kuchennej i glutaminianu sodu, maggi, pieczywo zwykłe z dodatkiem soli kuchennej
<b>Dieta Bogatopotasowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna ze zwiększoną zawartością potasu powyżej 4-4,7 grama na dobę.</u> Zależnie od jednostki chorobowej można zastosować dietę wysokobiałkową, będącą jednocześnie dietą bogato potasową. Jeżeli jednostka chorobowa wymaga ograniczenia w diecie ilości białka dobiera się w niej zawierające dużo potasu dozwolone produkty roślinne, np. morele suszone, ziemniaki, pomidory, figi, seler, grejpfruty. Można również uzyskać wysokie stężenie potasu w wywarach z warzyw przez gotowanie kolejno kilku warzyw w jednym wywarze.
<b>Dieta Wysokoresztkowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna o zwiększonej ilości błonnika pokarmowego frakcji nierozpuszczalnych i płynów</u> błonnik 40-50g/dobę, zwiększona ilość płynów (min 2l/dobę),

		otręby pszenne, gruboziarniste produkty zbożowe, kasza gryczana, kasza jęczmienna, graham, pieczywo razowe, pieczywo chrupkie, suszone śliwki, rodzynki, figi, papryka, buraki, jogurt, masło, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, surówki siemienia lniane, buliony, rosół z przyprawami
<b>Dieta Hipoalergiczna</b>	3 - 5	<u>Dieta łatwostrawna hipoalergiczna</u> <u>Dozwolone:</u> indywidualne zalecenia, ewentualnie indyk, schab, masło, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, warzywa gotowane, pieczywo, <u>Przeciwwskazane:</u> wg indywidualnych zaleceń, najczęstsze alergeny: jaja, mleko i przetwory, mięso z kurcząt, kury, ryby, seler, owoce cytrusowe, owoce drobno-pestkowe, wszystkie wędliny, wywary mięsne, kakao, wszystkie słodczyce, konserwy i koncentraty, orzechy, margaryny
<b>Dieta Niskocholesterolowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych.</u> Dieta taka jak dieta cukrzycowa
<b>Dieta Niskobiałkowa (niskobiałkowa-wątrobową)</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna niskobiałkowa jednocześnie z ograniczeniem tłuszczów</u> 2000 kcal., 40-50 g białka/dobę (lub wg wskazań lekarza), $\frac{3}{4}$ białko zwierzęce, <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane w wodzie, ciepłe, pieczywo niskobiałkowe - bezglutenowe, masło, dżemy, oliwa z oliwek, olej rzepakowy i lniany, warzywa i owoce gotowane, ziemniaki <u>Ograniczone:</u> produkty mleczne, chude mięso, chude ryby, jaja <u>Przeciwwskazane:</u> potrawy smażone, pieczone; kakao, kawa, alkohol, słodczyce, ciasta, zwykłe pieczywo, wędliny, konserwy, sery żółte, pleśniowe, topione, typu feta, śmietana, ryby wędzone, wywary mięsne, warzywa kapustne, strączkowe, cebulowe, warzywa kiszone, marynowane, margaryny, smalec, słonina, inne oleje
<b>Dieta Niskofosforanowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem produktów bogatych w fosfor</u> <u>Przeciwwskazane:</u> mleko, sery żółte i pleśniowe, sery twarogowe, sery topione, jogurty, serki homogenizowane, żółtko jaj, pieczywo i niektóre produkty zbożowe (kasze, płatki zbożowe) oraz ryby, suche nasiona roślin strączkowych (fasola, groch, soja), wędliny i podroby, napoje typu coca cola, koncentraty spożywcze
<b>Dieta Niskopotasowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem produktów bogatych w potas</u> - podwójne gotowanie warzyw w wodzie, ograniczona ilość warzyw, zakazane ziemniaki i mięso indycze
<b>Dieta Niskopurynowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem produktów bogatych w puryny.</u> <u>Dozwolone:</u> ukwaszony nabiał, ryż, ziemniaki, pieczywo pszenne i ryżowe, kapusta pekińska, biała i kiszona kapusta, czerwone buraki, chrzan, cukinia, marchew, pomidory, ogórki i sałata, brzoskwinie, ananasy, czereśnie, gruszki, jabłka, maliny, pomarańcze, winogrona, słonecznik, sezam, orzechy laskowe i włoskie, rozcieńczone soki owocowe (z dozwolonych owoców), wołowina (z wyjątkiem rostbefu) i wieprzowina (z wyjątkiem karkówki) oraz drób w ilości nie większej niż 50 g dziennie. Ryby: dorsz, sandacz, mintaj i pstrąg po wygotowaniu w dużej ilości wody. <u>Zabronione:</u> ryby: karp, łosoś, makrela, szprot, śledź, mięsa: cielęcina, jagnięciny, dziczyzny, a szczególnie wszelkie podroby, sosy i wywary mięsne, wędliny, sery topionych i pleśniowych oraz tłusty twaróg, warzywa strączkowe, większość warzyw kapustnych, kukurydza, papryka, szczaw, szpinak, rabarbar, melony i banany, kawa, kakao, mocna

		herbata, konserwy, marynaty, musztarda
<b>Dieta Niskoresztkowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z małą ilością błonnika.</u> <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane lub pieczone, ciepłe; białe pieczywo, biała mąka, ryż biały, mięso gotowane, nabiał (w przypadku dobrej tolerancji), jaja, masło, oliwa oliwek, olej rzepakowy, olej lniany, ziemniaki, warzywa i owoce gotowane – kontrolowane ilości <u>Zabronione:</u> potrawy smażone na tłuszczu, pieczywo razowe i pełnoziarniste, kasze gruboziarniste, ryż dziki i brązowy, mąki razowe, warzywa i owoce surowe,
<b>Dieta Trzustkowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</u> + zwiększona ilość energii, niskotłuszczowa, niskoresztkowa, białko 1,0-1,5 g/kg mc. <u>Dozwolone:</u> sucharki, czerstwe, pszenne pieczywo, kasza, kleiki, drobny makaron, lane kluski, cukier, miód, dżemy, owoce gotowane bez pestek, ziemniaki purée, żółtko, mięso gotowane, warzywa gotowane, <u>Ograniczone:</u> masło i oliwa z oliwek, wykluczone inne tłuszcze
<b>Dieta Ubogoenergetyczna</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu, węglowodanów łatwo przyswajalnych, niskoenergetyczna, zalecenia indywidualne</u> <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane i pieczone, ciepłe, chude mięso, wędliny, ryby, zupy jarzynowe i rosoly na lekkich, chudych wywarach mięsnych, młoda wołowina, indyk, oliwa z oliwek i olej rzepakowy, olej lniany, masło i jaja, jogurty naturalne, warzywa gotowane, warzywa surowe, <u>Ograniczone ilości:</u> owoce gotowane i surowe, ryż pełnoziarnisty, kasze, ziemniaki, chleb razowy, pełnoziarnisty, mieszany, <u>Zabronione:</u> cukier i wszelkie słodczy, miód, białe pieczywo i ciasta, makarony, biała mąka, dżemy, tłuste mięsa i tłuste wędliny, sery żółte, topione, pleśniowe, tłuste, mleko, zupy mleczne, margaryny, inne oleje
<b>Dieta Wegetariańska</b>	3	<u>Dieta jarska, polegająca na ograniczeniu się tylko do pokarmów pochodzenia roślinnego, których źródłem są rośliny zbożowe, strączkowe, okopowe i oleiste oraz warzywa, owoce i grzyby. Indywidualne preferencje – typu ryby, produkty mleczne, jaja.</u> Odmiany – weganizm, owolaktowegetarianizm, frutarianizm itp.
<b>Dieta Wysokobiałkowa</b>	3	<u>Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa</u> – białko 100-120-150 g/dobę, 2/3 białko zwierzęce, <u>Dozwolone:</u> potrawy gotowane i pieczone, pieczywo mieszane, jaja, mleko i przetwory o smaku naturalnym, ser twarogowy, mięso, chuda wędlina, ryby, masło, chude rosoly i zupy, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, warzywa gotowane (marchew, dynia, kabaczki, patisony, buraki, seler, pietruszka, szparagi, pomidory bez skórki, warzywa z wody z dodatkiem tłuszczu), owoce gotowane, pieczone <u>Przeciwwskazane:</u> potrawy smażone na tłuszczu, tłuste mięsa i wędliny, mocna herbata i kawa, sery żółte, topione, pleśniowe, typu feta, wszelkie słodczy i pieczywo cukiernicze, słodkie napoje, pieczywo razowe, pieczywo świeże, margaryny, pozostałe oleje,
<b>Dieta Wysokoenergetyczna</b>	3 – 5 - 6	<u>Dieta łatwostrawna wysokoenergetyczna</u> Dla osób niedożywionych, gorączkujących, wyniszczonych, 6 posiłków, 3000 kcal, lub wg zaleceń Dieta łatwostrawna, potrawy gotowane, ciepłe, smaczne, bogato przyprawione, dieta bardzo urozmaicona, tłuszcze łatwo przyswajalne MCT, masło, oliwa z oliwek, olej rzepakowy, kokosowy, lniany, nabiał, mięso gotowane, warzywa i owoce gotowane, pieczywo mieszane, kasze, ryż,

<b>Dieta Papkowata miksowana (problem z połykaniem) PP</b>		<p>Bardzo dokładnie rozdrobniona postać każdej wersji diety łatwostrawnej, <u>zupa półpłynna wzmocniona do karmienia łyżką</u> (jarzynowa z mięsem lub mleczna wzmocniona jajkiem, masłem, białym serem), dokładnie zmiksowana, 300 ml (lub ilość wg wymagań) każdy posiłek + kisiel/budyń o konsystencji pitnej zamiast napojów (indywidualne wymagania)</p> <p><u>Śniadanie</u> – zupa mleczna miksowana wzmocniona + rzadki budyń/kisiel/kawa mleczna zagęszczona mąką ziemniaczaną</p> <p><u>Obiad</u> – zupa jarzynowa miksowana wzmocniona + rzadki kisiel</p> <p><u>Kolacja</u> - zupa jarzynowa miksowana wzmocniona + rzadki kisiel</p>
<b>Dieta Przecierana (problem z gryzieniem) PG</b>		Rozdrobniona postać każdej wersji diety łatwostrawnej, wszystkie dania, (np. miękka bułka bez skórki, mięso gotowane, mielone-zmiksowane, zupa miksowana, warzywa gotowane-rozdrobnione, itd) + herbata/kompot/kisiel/budyń
<b>Diety Specjalne</b>		Dieta indywidualnie dopasowana do stanu zdrowia pacjenta, wieku, wymagań religijnych
<b><i>Stosowane diety są łączone tak, by maksymalnie dopasować do wymagań dietetycznych pacjenta.</i></b>		
<b><i>Dla żadnej z diet nie jest stosowana margaryna ani mix masła z olejami roślinnymi/margarynami.</i></b>		

**WYKONAWCA:**

**ZAMAWIAJĄCY:**