

## Klasyfikacja i oznaczenie diet stosowanych w SP ZZOZ – Szpital w Ilży

Lp.	Nazwa i oznaczenie diety	Charakterystyka diety	Normy żywieniowe
1.	Dieta podstawowa – kolor niebieski	Określa racjonalny sposób żywienia, tzn. ma spełniać zapotrzebowanie pacjenta na energię oraz na wszystkie niezbędne składniki odżywcze potrzebne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, utrzymania należytej masy ciała i zachowania zdrowia.	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 65-70 g Tłuszcz: 55 g Węglowodany: 330-360 g Błonnik pokarmowy 30-40 g
2.	Dieta lekko strawna – kolor zielony	Pokrywa zapotrzebowanie energetyczne i dostarcza takiej samej ilości składników pokarmowych jak dieta podstawowa. Ograniczeniu podlegają podaż błonnika pokarmowego oraz produkty i potrawy tłuste, smażone, pieczone, wzdymające, ostro przyprawione.	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 75-80 g Tłuszcz: 65 g Węglowodany: 275 g Błonnik pokarmowy <25 g
3.	Dieta lekko strawna – kolor zielony + NISKOBIAŁKOWA	Pokrywa zapotrzebowanie energetyczne, jednak zawiera zmniejszoną ilość białka. Ograniczeniu podlegają też podaż błonnika pokarmowego oraz produkty i potrawy tłuste, smażone, pieczone, wzdymające, ostro przyprawione.	<u>Dieta niskobiałkowa:</u> Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 40 g Tłuszcz: 65-70 g Węglowodany: 310 g Błonnik pokarmowy: 25 g
4.	Dieta lekko strawna 5-posiłkowa – kolor zielony	Stosowana w żywieniu dzieci, zawiera 5 posiłków pokrywających zapotrzebowanie w następujący sposób: Śniadanie: 25%, II śniadanie: 15%, obiad: 30%, podwieczerek: 10%, kolacja: 20%.	Energia: 2700 kcal Białko ogółem: 90-95 g Tłuszcz: 95-105 g Węglowodany: 375-420 g Błonnik pokarmowy <25 g
5.	Dieta lekko strawna bogatobiałkowa – kolor szary	Wymagane jest zwiększenie ilości białka, którego 2/3 powinno pochodzić z produktów zwierzęcych	Energia: 2200 – 2300 kcal Białko ogółem: 100 -120 g Tłuszcz: 70 g Węglowodany: 280 -310 g Błonnik pokarmowy: <30 g

<b>Lp.</b>	<b>Nazwa i oznaczenie diety</b>	<b>Charakterystyka diety</b>	<b>Normy żywieniowe</b>
6.	Dieta lekko strawna z ograniczeniem tłuszczu – - wątrobowa - kolor różowy	Ograniczeniu podlegają produkty będące źródłem tłuszczu zwierzęcego i bogate w cholesterol; tłuste gatunki mięsa i wędliny, twarde margaryny, sery topione, żółtka jaj, oraz pieczywo razowe	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 80-85 g Tłuszcz: 35-40 g Węglowodany: 330 g Błonnik pokarmowy <20 g
7.	Dieta lekko strawna z ograniczeniem subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego – - wrzodowa - kolor fioletowy	Ograniczeniu podlegają produkty i potrawy działające pobudzająco na czynność wydzielniczą żołądka; mocne rosoly, kwaśne napoje, nierozcieńczone soki z warzyw i owoców, surowe warzywa i owoce, mocna herbata, pieczywo razowe, surowe, smażone, pieczone, ostre, twarde – wymagające długiego żucia.	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 80 g Tłuszcz: 70 g Węglowodany: 260 g Błonnik pokarmowy <25 g
8.	Dieta lekkostrawna wegetariańska – kolor zielony, WEGE	Wykluczeniu podlegają mięso, ryby, zupy gotowane na wywarach mięsnych	Energia: 2000 kcal Białko roślinne: 75-80 g Tłuszcz: 65 g Węglowodany: 275 g Błonnik pokarmowy <25 g
9.	Dieta lekkostrawna bezglutenowa – kolor zielony, BEZGLUTENOWA	Wykluczeniu podlegają produkty zawierające gluten; pieczywo pszenne, żytnie, makaron pszenny, płatki owsiane bez certyfikatu	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 80 g Tłuszcz: 70 g Węglowodany: 260 g Błonnik pokarmowy <25 g
10.	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – cukrzycowa – kolor czerwony	W diecie wyklucza się produkty zawierające węglowodany szybko wchłaniające się jak: cukier, miód, dżemy, wysokosłodzone, słodczyce, zwiększając podaż produktów pełnoziarnistych i warzyw. Dzienna racja pokarmowa może być rozłożona na 5 lub 6 posiłków, w zależności od stanu zdrowia pacjenta może być zmodyfikowana – w wersji bezmlecznej, przetartej lub z ograniczeniem tłuszczu	Energia: 1800 - 2000 kcal Białko ogółem: 80 g Tłuszcz: 55 - 60 g Węglowodany: 250 – 300 g Błonnik pokarmowy: 20 – 40 g

<b>Lp.</b>	<b>Nazwa i oznaczenie diety</b>	<b>Charakterystyka diety</b>	<b>Normy żywieniowe</b>
11.	Dieta przetarta – kolor pomarańczowy	Dobór produktów zbliżony do założeń diety łatwo strawnej; Potrawy w formie papkowatej; Szczególnie należy zwrócić uwagę na odpowiednią podaż białka, wit.C i B oraz składników mineralnych	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 80 g Tłuszcz: 65-70g Węglowodany: 270 g Błonnik pokarmowy: >20 g
12.	Dieta kleikowa – kolor biały	Składa się z kleiku ryżowego, kaszy jęczmiennej, płatków owsianych, kaszy manny, z dodatkiem gorzkiej herbaty i sucharów	Energia: 1000 kcal Białko ogółem: 25 g Węglowodany: 220 g
13.	Dieta biegunkowa – kolor żółty	Wykluczeniu podlegają produkty zawierające laktozę i białka mleka krowiego, sacharozę, gluten, pełnoziarniste i tłuste	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 90 g Tłuszcz: 60 g Węglowodany: 270 g Błonnik pokarmowy 20 g
14.	Dieta bezmleczna – kolor brązowy	Wykluczeniu podlegają potrawy i produkty zawierające białka mleka krowiego; mleko, sery, kefiry, jogurty, śmietana.	Energia: 2000 kcal Białko ogółem: 75-80 g Tłuszcz: 65 g Węglowodany: 275 g Błonnik pokarmowy <25