Szczegółowy opis przedmiotu zamówienia

1. Obowiązek starannego działania w zakresie świadczenia na rzecz Zamawiającego usług całodziennego żywienia pacjentów Zespołu Opieki Zdrowotnej w Reszlu - przygotowanie i dostawa całodziennych posiłków w termosach i innych szczelnie zamkniętych pojemnikach zapewniających utrzymanie odpowiedniej temperatury do wyznaczonego przez Zamawiającego pomieszczenia, przeznaczone do dystrybucji – zgodnie z warunkami wynikającymi z obowiązujących przepisów, w szczególności z ustawy z dnia 25 sierpnia 2006 roku o bezpieczeństwie żywności i żywienia (t.j. Dz. U. 2019 poz. 1252 ze zm.) z zachowaniem i przestrzeganiem reżimu sanitarno – epidemiologicznego zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.
2. Przygotowywanie posiłków odbędzie się poza siedzibą Zamawiającego, w bazie lokalowo-sprzętowej Wykonawcy - minimum trzy posiłki dziennie.
3. Wykonawca oświadcza, że posiada odpowiednią wiedzę, doświadczenie i dysponuje stosowną bazą (kuchnią) do wykonania przedmiotu umowy, oraz osobami zdolnymi do wykonywania zamówienia (dietetyk, kucharze), spełniającymi wymagania zdrowotne oraz higieniczne niezbędne do pracy z żywnością.
4. Wykonawca w cenie oferty udostępni Zamawiającemu na czas trwania umowy wózki bemarowe w ilości – 3 szt. Wózki ze stali szlachetnej, przeznaczone do przewożenia, porcjowania i wydawania oraz utrzymywania temperatury gorących potraw muszą być 2-3 komorowe z niezależnym grzaniem każdej komory - zasilane 230 V (dostosowane do ilości posiłków) zbiorniki muszą być dostosowane do pojemników funkcjonalnych GN. Wózki z rozsuwanym blatem z barierką, na którym można przewozić talerze i inny sprzęt, wyposażone w instalację umożliwiającą spust wody z każdej z komór oddzielnie oraz w regulowany ogrzewacz. Wózki jezdne z blokadą na min. 2 kołach. Wykonawca zobowiązuje się do dokonywania bieżących napraw i konserwacji wózków bemarowych. Wykonawca podczas awarii wózka bemarowego udostępni wózek zastępczy na czas usunięcia awarii. Koszt naprawy wózka ponosi Wykonawca. Wózki bemarowe Wykonawca najpóźniej dostarczy w dniu rozpoczęcia świadczenia usługi. Zamawiający zobowiązuje się do utrzymania powierzonych wózków w należytym stanie, a także zwrotu wózków po zakończeniu usługi w stanie nie gorszym, niż wynikającym z ich normalnego zużycia.
5. Przewidywana ilość posiłków wynosi około **30 761** szt. w przeliczeniu na osobodni, w czasie obowiązywania umowy. Liczba zamawianych posiłków stanowiących przedmiot zamówienia jest szacunkowa i może ulec zmianie.
6. Realizacja przedmiotu zamówienia odbędzie z uwzględnieniem diet i kaloryczności posiłków.
7. Pod pojęciem posiłku należy rozumieć zestaw potraw wchodzących w skład śniadania, obiadu, kolacji, o określonej wielkości porcji, przygotowywany zgodnie z zasadami wskazanej diety. Ponadto posiłek powinien spełniać określone w zamówieniu szczegółowe wymagania zamawiającego np. posiłek rozdrobniony, zmiksowany. Dzienna racja pokarmowa dla diety łatwostrawnej składa się z trzech posiłków, np.: (śniadanie składające się z zupy mlecznej lub bezmlecznej, pieczywa, dodatków do pieczywa i ciepłego napoju; obiad składający się z zupy i drugiego dania i napoju oraz kolacja składająca się z dania zimnego lub ciepłego i ciepłego napoju). Dzienna racja pokarmowa dla diety specjalnej (np. cukrzycowa, wrzodowa) składa się z 5 posiłków dziennie, gdzie dodatkowo dochodzi II śniadanie i kolacja nocna. Diety lekkostrawne stanowią około 65 % ogólnej liczby dziennych racji pokarmowych, 30% diety specjalistyczne (w tym 2% diet specjalistycznych stanowią diety wysokokaloryczne podawane przez sondę), 5% diety indywidualne zgodnie ze zleceniem lekarskim. Procentowe zapotrzebowanie na energię dziennej racji pokarmowej składającej się z 3 posiłków powinno wynosić około: - śniadanie 30-35% - obiad 35-40% - kolacja 25-30 %.

8. Wykonanie i dostarczanie posiłków dla pacjentów Zespołu Opieki Zdrowotnej w Reszlu odbywać się będzie zgodnie z obowiązującymi normami żywienia człowieka. Podstawą jest jadłospis sporządzany przez dietetyków Wykonawcy zaakceptowany przez Zamawiającego. Wykonawca jest zobowiązany do sporządzania jadłospisu dekadowego. Rodzaje i ilość diet zlecanych przez Zamawiającego wynikać będzie z liczby przebywających pacjentów oraz ze wskazań medyczno- dietetycznych.
9. Wykonawca zobowiązany jest do odbioru resztek pokonsumpcyjnych (3 razy dziennie), w związku z czym, Wykonawca obowiązany jest dostarczać pojemniki w ilości 3 szt. - do resztek pokonsumpcyjnych. Wykonawca zobowiązuje się do odbioru na własny koszt odpadów pokonsumpcyjnych oraz przeprowadzenia mycia i dezynfekcji pojemników na w/w odpady, zgodnie z obowiązującymi zasadami/ procedurami. Pojemniki powinny być wykonane z materiałów umożliwiających mycie i dezynfekcję, wyposażone w hermetyczne zamknięcie.
10. Usługa przygotowania posiłków przez Wykonawcę w szczególności obejmuje:
    a) wykonanie ilości posiłków wynikających ze stanu hospitalizowanych pacjentów z uwzględnieniem zaleceń dietetycznych,
    b) dostarczanie posiłków w odpowiednich do tego celu pojemnikach z dostawą do pomieszczenia wyznaczonego przez Zamawiającego,
    c) odbiór pojemników od Zamawiającego,
    d) mycie pojemników przeznaczonych do transportu żywności,
11. Wykonawca ma obowiązek zapewnić dostarczanie posiłków codziennie 7 dni w tygodniu przez cały okres obowiązywania umowy, zgodnie z poniższymi zasadami:
    - śniadanie na godz. $6^{\underline{45}}$ - $7^{\underline{15}}$ (śniadania i drugie śniadanie)
    - obiad na godz. $12^{\underline{00}}$ - $12^{\underline{30}}$ (obiady i podwieczorki)
    - kolacja na godz.$16^{\underline{30}}$ - $17^{\underline{00}}$ (kolacja i dodatki nocne)
    - dodatkowe posiłki dotyczące np. diety cukrzycowej, diety wysokobiałkowej będą dostarczane w uzgodnieniu z Zamawiającym np. drugie śniadanie razem z pierwszym śniadaniem.
12. Wykonawca w przypadku opóźnień w dostarczaniu posiłków zobowiązany jest do poinformowania Zamawiającego o takiej sytuacji przynajmniej na 30 minut przed zaistniałą sytuacją. Zamawiający zastrzega sobie możliwość korekty diet po uprzednim skontaktowaniu się z Wykonawcą.
13. Posiłki sporządzane będą wg wykonanych przez Wykonawcę dekadowych jadłospisów zatwierdzanych wcześniej przez Zamawiającego, uwzględniające wszystkie rodzaje diet tj.: łatwostrawna dla osób starych, z upośledzeniem gryzienia i przełykania; wysokobiałkowa; niskobiałkowa; wątrobowa; cukrzycowa; niskokaloryczna; żołądkowa; niskosolna; płynna-sonda; dieta specjalna niskotłuszczowa i każda inna określona przez Zamawiającego wynikająca z zaleceń lekarskich.
    Wykonawca zobowiązany jest do właściwego sporządzania diet podawanych przez sondę z uwzględnieniem odpowiedniej kaloryczności, wartości odżywczej, właściwej konsystencji i ilości podanej w mililitrach.
14. Wykonawca ma obowiązek sporządzania specjalistycznych diet w szczególności dla osób starszych, oraz uwzględniania w dietach potraw okolicznościowych z okazji np. Świąt Bożego Narodzenia, Wielkanocy, Środę Popielcową, itp. – Wykonawca uwzględni potrawy tradycyjne, w tym dodatki cukiernicze.
15. Posiłki powinny być urozmaicone, dostosowane do wymogów żywieniowych dla osób starszych. W szczególności powinny posiadać prawidłowe walory smakowe, zapachowe, barwę i odpowiednią konsystencję, przy równoczesnym zapewnieniu sezonowości. Proces produkcji oraz dystrybucji musi odbywać się zgodnie z obowiązującymi przepisami, normami i standardami, w szczególności z wymogami sanitarnymi oraz musi posiadać wszelkie dopuszczenia Państwowego Inspektoratu Sanitarnego. Powinny spełniać normy żywieniowe obowiązujące w placówkach służby zdrowia, w szczególności mają być zgodne z zaleceniami Instytutu Żywności i Żywienia oraz zgodne z przepisami sanitarnymi dla zbiorowego żywienia, jak również zasadami Systemu Analizy Zagrożeń i Krytycznych Punktów Kontroli, a także wewnętrznymi przepisami Zamawiającego.

16. Wykonawca zobowiązany jest do określania dobowej wartości odżywczej dla każdej ze stosowanych diet z uwzględnieniem kaloryczności, zawartości białek, tłuszczu, węglowodanów, witamin, składników mineralnych, soli oraz do przedkładania w/w informacji w formie pisemnej na każde żądanie Zamawiającego.
17. Temperatura dostarczonych posiłków powinna wynosić:
    a) dla żywności wymagającej przechowywania w warunkach chłodniczych, wymagających schładzania 0- 4°C,
    b) dla potraw poddawanych obróbce termicznej serwowanych na gorąco, temperatura powinna wynosić nie mniej niż 65°C.
18. Do posiłków należy przewidzieć, np.:
    - śniadanie – herbatę lub kawę mleczną, zupę mleczną lub bezmleczną,
    - obiad – kompot, kisiel płynny itp.,
    - kolacja – należy planować herbatę wraz z cukrem.
19. Wykonawca zobowiązany jest przygotowywać posiłki ze świeżych i naturalnych produktów wysokiej jakości, z bieżącej produkcji dziennej niewymagające dodatkowej obróbki technologicznej. Wykluczone jest stosowanie suszu warzywnego, soi, puree ziemniaczanego na bazie proszku (instant), np. zupy, sosy w proszku, itp., półproduktów oraz produktów po obróbce wstępnej.
20. Wykonawca zapewnia odpowiednie wymagania, jakości posiłków tj. właściwą ich temperaturę, kaloryczność i gramatury, układ diet oraz dostarczanie ich według ustalonego dziennego harmonogramu żywienia.
21. Wykonawca dostarczy posiłki własnym transportem przystosowanym do przewożenia żywności w sposób zapewniający wymagany standard sanitarno-epidemiologiczny zgodny z obowiązującymi przepisami, normami i standardami, w szczególności z ustawą z dnia 25 sierpnia 2006 roku o bezpieczeństwie żywności i żywienia. Transport posiłków musi się odbywać w hermetycznych pojemnikach niezależnie od rodzaju posiłku, gwarantujących utrzymanie właściwej temperatury. Posiłki powinny być umieszczone w pojemnikach termoizolacyjnych wyposażone w wymienne pojemniki jednostkowe do potraw umożliwiające umieszczenie ich w wózkach bemarowych przeznaczonych do dystrybucji posiłków. Pojemniki powinny być wykonane z materiałów umożliwiających mycie i dezynfekcję.
22. Wykonawca usługi zobowiązuje się do posiadania dokumentacji potwierdzającej zgodę na transport posiłków a także, że może świadczyć usługi w danym zakresie. Warunki transportu muszą spełniać wszelkie wymogi sanitarno – epidemiologiczne. Wykonawca ponosił będzie ewentualne konsekwencje prawne i finansowe wynikające z wyników pokontrolnych/ kontroli, prowadzonej przez Państwową Inspekcję Sanitarną i inne jednostki uprawnione do kontroli Zamawiającego dotyczące zasad transportu/ dostarczania posiłków.
23. Wykonawca zobowiązany jest niezwłocznie reagować na uwagi dotyczące wykonywanej usługi kierowane przez osoby odpowiedzialne za nadzór nad usługą po stronie Zamawiającego i składać wyjaśnienia na piśmie w sytuacjach, gdy Zamawiający się o nie zwróci.
24. Wykonawca zobowiązuje się przedstawiać na żądanie Zamawiającego aktualne badania lekarskie i dokumenty potwierdzające odbyte przez pracowników szkolenia w zakresie higieny szpitalnej i specyfiki pracy.
25. Wykonawca zobowiązuje się do przedłożenia do wglądu Zamawiającemu najpóźniej w przeddzień realizacji usługi:
    a) aktualnych książeczek zdrowia osób dostarczających posiłki,
    b) zaświadczeń potwierdzających fachowe przygotowanie personelu do realizacji usługi w zakresie przygotowywania posiłków, np. szkoleń, kursów.
26. Wykonawca zaopatrzy pracowników bezpośrednio realizujących zadanie w czyste i jednolite ubrania robocze z widoczną nazwą lub znakiem firmy Wykonawcy, pozwalające na identyfikację.
27. Wykonawca zobowiąże zatrudnionych pracowników do:

a) zachowania tajemnicy zawodowej na temat wszystkich zdarzeń w związku z wykonywaniem pracy (zachowanie tajemnicy obowiązuje także po zakończeniu pracy),
b) przestrzegania zasad higieny osobistej i estetycznego wyglądu.

28. Wykonawca ponosić będzie wszelkie konsekwencje prawne i finansowe za nieprzestrzeganie przepisów nakładanych przez zewnętrzne instytucje kontrolujące np. Państwową Inspekcję Sanitarną, Państwową Inspekcję Pracy – w zakresie świadczenia usługi oraz czynności swoich pracowników.
29. Wykonawca jest zobowiązany do pobierania i przechowywania próbek dostarczanych posiłków w miejscu ich wytworzenia. Pobór próbek i ich przechowywanie następuje zgodnie z wymogami Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dn. 17 kwietnia 2007 r. w sprawie pobierania i przechowywania próbek żywności przez zakłady żywienia zbiorowego typu zamkniętego (Dz. U. z 2007, Nr 80 poz. 545). Po każdej kontroli sanitarnej przeprowadzonej przez uprawniony organ kontrolny, Wykonawca przekaże kopię protokołu Zamawiającemu.
30. Zamawianie posiłków na dany dzień realizowane będzie przez uprawnionych pracowników Zamawiającego w dzień poprzedzający ich dostarczanie drogą elektroniczną z podaniem ilości zamawianych posiłków. Ewentualne korekty zamówień dokonywane będą telefonicznie bądź drogą elektroniczną. Wykonawca zobowiązany jest do sporządzania dekadowych jadłospisów w oparciu o aktualne przepisy prawne obowiązujące przy ustalaniu racji pokarmowych w całodziennym wyżywieniu określonych grup ludności. Jadłospis winien być przedstawiony do akceptacji Zamawiającego z min. 4 dniowym wyprzedzeniem.
    Do Wykonawcy należało będzie prowadzenie ewidencji wydawanych posiłków (dokument WZ) z podziałem na diety oraz oddziały, potwierdzane każdorazowo imiennie przez uprawnione osoby, Zamawiający zastrzega sobie prawo do kontroli zgodności rachunków z ewidencją tych posiłków. W przypadku zmiany obowiązujących przepisów żywienia w zakładach opieki zdrowotnej Wykonawca dostosuje produkcję posiłków bez dodatkowych opłat ze strony Zamawiającego.
31. Ponadto Wykonawca zobowiązany jest do:
    a) nadzoru nad prawidłowym przygotowaniem posiłków w kuchni przy udziale dietetyka Wykonawcy.
    b) zapewnienia sprawnych w pełni funkcjonalnych, nieuszkodzonych pojemników transportowych oraz sprzętu niezbędnego dla realizacji przedmiotu umowy przez cały okres jej obowiązywania (środki transportu, termosy itp.)
    c) przestrzegania procedur higienicznych dotyczących higieny rąk, środków transportu, urządzeń, sprzętów i powierzchni oraz stosowania preparatów myjących i dezynfekcyjnych, dopuszczonych do zastosowania w kontakcie z żywnością zgodnie z obowiązującymi przepisami i po zaakceptowaniu przez Zamawiającego.
    d) mycia i dezynfekcji wszystkich narzędzi i urządzeń, poza doraźnym myciem naczyń i wózków służących do dystrybucji posiłków;
    e) do przestrzegania przepisów sanitarnych, BHP, ppoż. i innych obowiązujących w siedzibie Zamawiającego;
    f) utrzymywania na bieżąco ładu i porządku w miejscu realizacji zamówienia;
    g) przeprowadzania na koszt własny badań wstępnych, profilaktycznych, kontrolnych oraz szczepień ochronnych swojego personelu;
    h) Wykonawca zapewnia na własny koszt i we własnym zakresie ciągłość żywienia w przypadkach awarii urządzeń, bądź wystąpienia innych okoliczności uniemożliwiających kontynuację procesu produkcji lub dystrybucji.
    i) Wykonawca dołączy do umowy aktualną polisę ubezpieczeniową potwierdzającą, że jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej w związku z prowadzoną działalnością, będącą przedmiotem umowy i utrzyma aktualne ubezpieczenie przez cały okres obowiązywania umowy na kwotę 100 000,00zł.
    j) Wykonawca zobowiązuje się do poniesienia pełnej odpowiedzialności wynikającej przepisów prawa w przypadku stwierdzenia przez Zamawiającego zatrucia pokarmowego powstałego w wyniku świadczonej przez Wykonawcę usługi. Na

wykonawcy ciąży także obowiązek ponoszenia kosztów mandatów oraz kar nakładanych przez zewnętrzne instytucje kontrolujące, np. Państwowego Inspektora Sanitarnego, Państwową Inspekcję Pracy za nieprzestrzeganie przepisów prawa.

32. Wykonawca zobowiązany jest na bieżąco dbać o właściwy stan sanitarno - epidemiologiczny pomieszczeń kuchni, otoczenia, środków transportu oraz maszyn i urządzeń służących do wykonania zamówienia. Zamawiający wymaga, aby Wykonawca w miejscu wytwarzania posiłków dysponował pomieszczeniami do przygotowania posiłków, zmywalnią oraz kuchnią do wytworzenia i rozdzielnictwa posiłków, spełniającą wymogi określone obowiązującymi przepisami prawa. Powyższe pomieszczenia powinny być dopuszczone przez Stację Sanitarno – Epidemiologiczną do świadczenia usługi żywienia.
33. Zamawiający zastrzega sobie prawo do wykonywania audytów i kontroli jakości usługi u Wykonawcy. Wykonawca ma obowiązek w każdym czasie na żądanie Zamawiającego udostępnić pomieszczenia, urządzenia oraz dokumentację związaną z realizacją przedmiotu umowy. Z kontroli sporządzany będzie protokół.
34. Wykonawca udostępni Książkę Kontroli Sanitarnej, a wpisy każdorazowo przedłoży Zamawiającemu wraz z informacją o sposobie i terminie usunięcia ewentualnych nieprawidłowości.
35. Zamawiający zastrzega sobie prawo kontroli jakości posiłków, ich zgodności z jadłospisem i walorów smakowych przed ich wydaniem. Kontrola będzie realizowana przez pielęgniarki oddziałowe lub inne upoważnione osoby. Dostarczone zamówienia będą potwierdzane i kwitowane przez osoby upoważnione ze strony Zamawiającego i Wykonawcy.
36. Zamawiający ma prawo kontroli realizacji usługi na każdym etapie jej wykonywania zgodnie z ustawą z dnia 5 grudnia 2008r., o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz. U. z 2019r., poz. 1239) oraz zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 27 maja 2010r., w sprawie zakresu, sposobu i częstotliwości prowadzenia kontroli wewnętrznej w obszarze realizacji działań zapobiegających szerzeniu się zakażeń i chorób zakaźnych (Dz. U. z 2010r., nr 100 poz. 646).
37. Zamawiający ma prawo wglądu do protokołów kontroli przeprowadzonych przez nadzór sanitarno – epidemiologiczny, badań wody, badań czystości mikrobiologicznej powierzchni. Ponadto, Zamawiający ma prawo wglądu do dokumentów zakupów surowców i materiałów, ewidencji i kart charakterystyki środków czyszczących i preparatów dezynfekcyjnych oraz innych dokumentów związanych w jakikolwiek sposób z procesem przygotowania posiłków.
38. Zamawiający zastrzega sobie prawo do wykonywania Audytu w siedzibie Wykonawcy usługi.

Opis przedmiotu zamówienia – diety

Zasady żywienia i jadłospisy wzorcowe.

Racje pokarmowe, ich wartość energetyczna i zawartość składników odżywczych będą zgodne z zaleceniami żywieniowymi Instytutu Żywności i Żywienia, w tym z normami dziennych racji pokarmowych (według Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie, Normy Żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja, 2012 r.).

Wartość odżywcza posiłków, w tym zestawy potraw odnoszące się do różnych diet, będą odpowiadać zalecanym normom na energię i składniki pokarmowe dla poszczególnych grup chorych według wieku, płci i stanu fizjologicznego, przy uwzględnieniu określonego marginesu bezpieczeństwa, zgodnie z publikacją „Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach", Wydawnictwa Instytutu Żywności i Żywienia, 2011 r.

Wartość energetyczna całodziennego pożywienia wynosi powinna około 2000 kcal, z wyjątkiem diety ubogoenergetycznej i bogatobiałkowej lub innych na specjalne wskazanie Zamawiającego.

Dieta może ulec modyfikacji pod względem wartości energetycznej, np. dla osób wyniszczonych, rekonwalescentów i wynosić 2500 kcal, 2800 kcal, czy 3000 kcal. Dla diet ubogoenergetycznych dietę można zredukować do wartości 1800 kcal lub mniej.

Poniżej przedstawiono tabele, które należy brać pod uwagę układając jadłospisy.

Tabela nr. 1. Zalecana zawartość składników pokarmowych w diecie podstawowej

Składnik pożywienia		Zalecenia
Tłuszcze ogółem	(%E)	20-30
Nasycone kwasy tłuszczowe (SFA)	(%E)	< 10
Wielonienasycone kwasy tłuszczowe (PUFA)	(%E)	6-10
n-6	(%E)	5-8
n-3	(%E)	1-2
kwas alfa-linolenowy (ALA)	(g)	> 2
kwas eikozapentaenowy (EPA) + + kwas dokozaheksaenowy (DHA)	(mg)	> 200
Izomery trans kwasów tłuszczowych	(%E)	< 1
Jednonienasycone kwasy tłuszczowe (MUFA)	(%E)	tłuszcze ogółem – (SFA + + PUFA + izomery trans)
Węglowodany		
Ogółem	(%E)	45-65
cukry rafinowane	(%E)	< 10
Białko	(%E)	10-15
Cholesterol	(mg)	< 300
Błonnik pokarmowy	(g)	> 25
Sól	(g)	< 6
Owoce i warzywa	(g)	> 400
Foliany	(µg)	> 400

Tabela nr. 2. Dzienna racja pokarmowa produktów spożywczych na 200 kcal wyrażona w gramach w diecie podstawowej.

Lp.	Grupa produktów	Jednostki	Ilość produktu
1	Produkty zbożowe, w tym:		220
	Pieczywo mieszan	g	215
	Mąka, makarony	g	30
	Kasze, płatki śniadaniowe	g	30
2	Warzywa i owoce:		975
	Warzywa	g	400
	Owoce	g	300
	Ziemniaki	G	275
3	Mleko i produkty mleczne:		850
	Mleko i mleczne napoje fermentowane	g	400
	Sery twarogowe	g	45
	Sery podpuszczkowe	g	15
4	Mięso, drób, wędliny, ryby oraz jaja:		135
	Mięso, drób*	g	70
	Wędliny	G	25
	Ryby*	G	20
	Jaja	G	15
5	Tłuszcze:	G	45
	Zwierzęce (masło, śmietana)	G	20
	Roślinne (olej, oliwa)	G	25
6	Cukier i słodycze	G	45

* mięso bez kości

1. W realizacji żywienia uwzględnione zostaną poniższe diety lecznicze. Klasyfikacja diet oparta jest na nomenklaturze diet zawartej w publikacji Instytutu Żywności i Żywienia „Podstawowy naukowe żywienia w szpitalach". Do powyższych diet obowiązuje także wykaz produktów zalecanych, zalecanych w ograniczonych ilościach i przeciwwskazanych pochodzący z tej publikacji.

1) Dieta łatwostrawna

Charakteryzuje się doborem produktów, potraw i technik sporządzania posiłków łatwo strawnych. W diecie należy wyeliminować produkty ciężko strawne oraz dobrać odpowiednie techniki kulinarne pozwalające na uzyskanie potraw łatwostrawnych a zatem: gotowanie na wodzie, na parze, duszenie bez uprzedniego gotowania. Stanowi podstawę do planowania większości diet leczniczych.

Energia: 2000 kcal, Białko: około 15%, Tłuszcze: około 30%, Węglowodany około 55 % energii ogółem.

Zastosowanie: okresy rekonwalescencji, po zabiegach chirurgicznych, stany zapalne błony śluzowej żołądka i jelit, nadmierna pobudliwość jelita grubego, nowotwory przewodu pokarmowego, zespół jelita nadwrażliwego, w przewlekłych chorobach układu oddechowego, osoby w wieku podeszłym i długo leżące, przy zaburzeniach przewodu pokarmowego, wyrównane choroby nerek i dróg moczowych.

2) Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego

Zadania diety - dostarczenie choremu odpowiedniej ilości składników odżywczych i energii dla utrzymania należnej masy ciała, neutralizowanie soku żołądkowego, ochrona błony śluzowej żołądka przed działaniem drażniącym, mechanicznym, termicznym i chemicznym. Jest to modyfikacja diety lekkostrawnej, polegającej na ograniczeniu produktów spożywczych pobudzające wydzielanie soku żołądkowego, zmniejszenie objętości posiłków a zwiększenie ich ilości. Wykluczyć należy: mocne rosoły, buliony, esencjonalne wywary warzywne, grzybowe, galarety, wody gazowane, kwaśne napoje, nierozcieńczone soki z owoców i warzyw, napoje alkoholowe (piwo, wino), kawa naturalna, mocna herbata, produkty marynowane, wędzone, potrawy pikantne, słone, smażone, pieczone, ostre przyprawy.

Zastosowanie: zakażenie Helicobacter pylori, choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, przewlekły nieżyt żołądka z nadkwaśnością, refluks żołądkowo-przełykowy, dyspepsje czynnościowe żołądka, okres rekonwalescencji.

Energia: 2000 kcal, Białko: około 16%, Tłuszcze: około 31%, Węglowodany około 53 % energii ogółem.

3) DIETY O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI:

a) Dieta papkowata (miksowana)

Wartość energetyczna i dobór produktów zbliżone są do diety łatwostrawnej. Różnica polega na konsystencji potraw, które są w formie papkowatej. Potrawy muszą być sporządzone tak , aby nie drażniły miejsc chorobowo zmienionych mechanicznie i termicznie. Potrawy sporządzane są metodą gotowania. W diecie papkowatej zastosowanie mają zupy przecierane, zupy kremy. Potrawy podprawia się zawiesiną z mąki i mleka, śmietanki, zagęszczane żółtkiem, masłem. Mimo mniejszej wartości odżywczej, można podawać również zupy czyste. Warzywa i owoce zaleca się podawać w postaci surowych soków oraz gotowanej – rozdrobnionej. Mięsa podaje się gotowane mielone lub sporządzane z masy mielonej. Wskazane podawanie mięs z sosem.

Zastosowanie: schorzenia jamy ustnej i przełyku (zapalenie jamy ustnej, przełyku, rak przełyku, zwężenie przełyku, żylaki przełyku), utrudnione gryzienie, rekonwalescencja po zabiegach operacyjnych, I okres choroby wrzodowej, niektóre choroby przebiegające z gorączką.

Dieta dodatkowo może być: 3 posiłkowa lub 5 posiłkowa.

Energia: 2000 kcal, Białko: około 16%, Tłuszcze: około 30%, Węglowodany około 54 % energii ogółem.

b) Dieta płynna wzmocniona

Główną cechą diety jest konsystencja. Pożywienie musi być łatwostrawne, ubogie w błonnik pokarmowy, bez ostrych przypraw i używek, niepowodujące wzdęć, zaparć lub biegunek. Aby nie doprowadzić do niedoborów pokarmowych posiłki powinny mieć odpowiednią wartość energetyczną i odżywczą. Kaloryczność waha się w granicach 1600 – 2400 kcal nieraz więcej. Jeden mililitr pożywienia powinien zawierać około 1 kcal. Większe stężenia pokarmu mogą powodować biegunkę lub uniemożliwić podawanie przez sondę. Liczba posiłków (podawanych przez zgłębnik założony przez nos do żołądka) zależy od zapotrzebowania energetycznego i objętości pożywienia. Objętość 1 posiłku nie powinna przekraczać 500 ml. Godziny podawania i ich objętość ustala lekarz. Temperatura potraw: 20-25°C lub 37°C

Zastosowanie: zwężenie przełyku, urazy twarzy i szczęki, chroni jamę ustną, przewód pokarmowy przed podrażnieniem mechanicznym, chemicznym i termicznym, chorzy nieprzytomni.

Energia: 2000 kcal, Białko: około 16%, Tłuszcze: około 34%, Węglowodany około 50% energii ogółem.

c)Dieta do żywienia przez zgłębnik lub przetokę (miksowana do sondy)

Stężenie składników: 1 kcal/ml diety

Zastosowanie: zwężenie przełyku, urazy twarzy i szczęki, nowotwory przełyku i wpustu żołądka, u chorych nieprzytomnych, zaburzenia połykania na tle neurologicznych, w niektórych chorobach jamy ustnej, niedrożność górnej części przewodu pokarmowego.

d) Dieta kleikowa

Głównym składnikiem tej diety jest ryż, kasza manna, kasza jęczmienna, płatki owsiane, z których przygotowuje się kleiki. Oprócz kleików podaje się gorzką herbatę, namoczone sucharki lub czerstwą bułkę. Dieta kleikowa może być stosowana tylko od 1 do 3 dni, gdyż jest dietą niefizjologiczną. Długie stosowanie tej diety prowadzi do wyniszczenia organizmu. Dietę kleikową na zlecenie lekarza można modyfikować przez dodanie soli, cukru, niewielkiej ilości masła, chudego mleka, twarożku, przetartych kompotów, soków z owoców i warzyw, puree z ziemniaków, marchwi, płynów garbnikowych – zapierających (wino czerwone, kakao na wodzie, napar z suszonych czarnych jagód) i osłaniających (rumianek , mięta). Wybór kaszy zależy od przypadku chorobowego oraz towarzyszących objawów, ponieważ kleiki mają różne działanie na przewód pokarmowy. Ryż działa zawierająco, płatki owsiane rozwalniająco, kasza jęczmienna i mąka lekko wzdymająca. Dieta ta jest niezbilansowana, głównie węglowodanowa.

Zastosowanie: ostre schorzenia przewodu pokarmowego, wątroby, trzustki, pęcherzyka żółciowego, nerek, w chorobach zakaźnych, pooperacyjnych, ostry nieżyt żołądka, 4 doba po zabiegach operacyjnych na żołądku i drogach żółciowych, po głodówce w nerczycy.

5) Dieta niskobiałkowa

Charakterystyczną cechą diety jest zmniejszona ilość białka do granic tolerancji tego składnika przez chorego. Dieta niskobiałkowa dostarcza 40 – 50 g białka/dobę czyli około 0,6 – 0,7 g na/kg należnej masy ciała. W przypadku zaawansowanej niewydolności nerek lub wątroby ograniczenia tego składnika są dużo większe, wówczas zaleca się poniżej 0,6 g/kg należnej masy ciała, jest to poniżej 40 g/dobę. Ograniczenia białkowe powinny być jak najmniejsze i trwać jak najkrócej. W stanach najcięższych do czasu uzyskania poprawy, przez 2-3 dni można stosować dietę całkowicie pozbawioną białka. Źródłem białka powinno być to pochodzenia zwierzęcego (ok. 2/3 ilości ogółem), głównie mleko, twarogi, jaja, chude mięso i ryby. Ograniczyć należy białko roślinne.

Energia: 2000 kcal, Białko: około 8%, Tłuszcze: około 30%, Węglowodany około 62% energii ogółem.

Zastosowanie: niewydolność nerek, wątroby, śpiączka wątrobowa, zapalenie kłębuszków nerkowych.

6) Diety specjale

1) **Bezglutenowa** – eliminacja białka zapasowego zawartego w zbożach (pszenicy, życie, jęczmieniu), często także w owsie. Produktami naturalnie bezglutenowymi są: kukurydza, ryż, ziemniaki, soja, proso, gryka, tapioka, amarantus, maniok, soczewica, fasola, sago, sorgo, orzechy, a także mięso, owoce i warzywa.Za bezglutenowe uznaje się również produkty przetworzone w których zawartość glutenu nie przekracza 20 mg na 1 kg i można je oznaczyć międzynarodowym symbolem przekreślonego kłosa.
2) **Bezlaktozowa** - Należy zrezygnować lub bardzo ograniczyć używanie zwykłego mleka, ograniczyć spożycie przetworów mlecznych do ilości tolerowanych. Korzystać ze specjalnych produktów mlecznych; w niektórych sklepach dostępne jest mleko o obniżonej zawartości laktozy (poniżej 1g/100 ml), jest bardziej słodkie niż zwykłe, gdyż zawiera glukozę i galaktozę, które powstały w wyniku enzymatycznej hydrolizy laktozy; Fermentowane napoje mleczne (jogurty, kefir i maślanka) są zwykle dobrze tolerowane ze względu na obniżoną zawartość laktozy (w wyniku częściowej fermentacji) oraz obecność laktazy z komórek bakterii fermentacji mlekowej używanych w produkcji tego typu napojów.
3) **Bezmleczna** – polega na wyeliminowaniu potraw i produktów mlecznych.
4) **Bezsolna** – wyeliminowanie soli z jadłospisu.
5) **Hipoalergiczna** – wymaga wyeliminowania podanych wcześniej alergenów pokarmowych.

7) Inne diety na zlecenie lekarza.

8) Rodzaj i średnia ilość diet z wybranych 3 m-cy.

L.p.	Rodzaj diet	wyciągnięta średnia z wybranych 3 m-cy.
1.	Łatwostrawna (3 posiłkowa)	689,33
2.	Łatwostrawna bezmleczna (3 posiłkowa)	30,67
3.	Cukrzycowa (6 posiłkowa)	403,33
4.	Cukrzycowa bezmleczna (5 posiłkowa)	85,67
5.	Wysokobiałkowa (5 posiłkowa)	9,33
6.	Wątrobowa (3 posiłkowa)	54,00
7.	Papkowata (3 posiłkowa)	38,33
8.	Papkowata cukrzycowa (3 posiłkowa)	10,00

Jadłospis oferowany przez firmę cateringową będzie urozmaicony tzn.

1. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE inna zupa mleczna oferowana na I śniadanie (tj. przykładowo: 1. zupa mleczna z ryżem, 2. zupa mleczna z makaronem 3. płatki owsiane 4. kasza manna 5. kasza jęczmienna 6. zacierka 7. płatki kukurydziane),
2. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE innego rodzaju I śniadanie tj. inne dodatki np. pasta twarogowa, łagodna pasta rybna, pasta mięsna, wędlina (dotyczy się to również wędliny i polędwicy drobiowej), jaja itp.,
3. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE innego rodzaju zupa podawana do obiadu,
4. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE innego rodzaju surówka podawana do obiadu, z uwzględnieniem zwłaszcza tych przygotowywanych z warzyw surowych,
5. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE innego rodzaju mięso (receptura, wykonanie) tudzież danie bezmięsne (makaronowe, ryżowe itp.) podawane do obiadu,

6. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będą zamiennie (minimum 1 raz w tygodniu każdy z wymienionych): ziemniaki, kasze, ryż i makaron,
7. W tygodniowym jadłospisie znajdować się będzie CODZIENNIE innego rodzaju kolacja składająca się z różnego rodzaju dodatków (pasty, wędliny, dżem, jaja), bądź całych dań np. risotto, makaron itp.,
8. Posiłek na I śniadanie i kolacje nie będzie zawierał dodatków do pieczywa takiego samego rodzaju tj. szynka drobiowa i polędwica drobiowa tego samego dnia i w dniu poprzedzającym i następnym,
9. Minimum raz w tygodniu w jadłospisie znajdzie się ryba w formie obiadowej,
10. Pacjenci będą otrzymywać jogurty, kefiry i maślanki naturalne, niesłodzone lub słodzone,
11. Wędliny, mięsa i ryby będą wysokiej jakości z uwzględnieniem urozmaicenia produktów,
12. Wszelkie kompoty/napoje do picia należy przygotowywać z dodatkiem cukru.