



DIETA PODSTAWOWA

Żywnienie podstawowe zaleca się chorym przebywającym na leczeniu w szpitalach, którzy nie wymagają żywienia dietetycznego. Żywnienie podstawowe powinno spełniać wszystkie warunki racjonalnego żywienia ludzi zdrowych.

Produkty i potrawy dozwolone i przeciwwskazane

W żywieniu podstawowym dozwolone są wszystkie produkty żywnościowe. Ze względu na to, że już sam pobyt w szpitalu zmienia warunki i tryb życia pacjenta, wskazane są pewne ograniczenia co do niektórych produktów zaliczanych do trudno strawnych lub działających wzdymająco, jak suche nasiona roślin strączkowych, warzywa kapustne. Dotyczy to również dodatku przypraw – powinny one być łącznie z solą stosowane z umiarem.

Uwagi technologiczne

W żywieniu podstawowym tak jak w żywieniu ludzi zdrowych znajdują zastosowanie wszystkie procesy objęte nazwą technologii potraw. Przygotowuje się więc potrawy gotowane, smażone, duszone i pieczone, choć smażenie na tłuszczu należy ograniczyć. Wszystkie procesy technologiczne powinny być przeprowadzane prawidłowo, aby nie powodowały dodatkowych strat składników odżywczych, aby nie obniżały ich strawności i nie pogarszały właściwości organoleptycznych gotowych potraw.

*Źródło: Podstawy Naukowe Żywienia W Szpitalach, red. prof. dr hab. med Jan Dzienieszewski,
dr.med. Lucjan Szponar*

Opracowała Marzena Gazda Koordynator Ds. Dietetyki