ZP-3a/2024

**Załącznik nr 2 do SWZ**

**Wymagania ilościowe i jakościowe dotyczące posiłków**

**Śniadania:**

Śniadania powinny składać się z:

* zupy mlecznej:
* pieczywa,
* masła,
* dodatku białkowego,
* dodatku owocowego lub warzywnego,
* kawy zbożowej/ herbaty z możliwością dosłodzenia. **(250 ml/osobę)**

**Zupa mleczna (300 ml/ osobę)**

* mleko o zawartości tłuszczu 2%;
* niedopuszczalne dodawanie mleka w proszku;
* dodatek węglowodanowy (15-30g suchego produktu) : ryż, kasza manna, kasza kukurydziana, kasza jęczmienna drobna, płatki owsiane, płatki pszenne, płatki jęczmienne, makaron drobny;
* lub dieta bezmleczna: zupa warzywna na z kawałkami mięsa, z łatwostrawnych warzyw,   
  z dodatkiem produktu zbożowego.

**Pieczywo (120 g/ osobę)**

* w zależności od rodzaju diety:
* pieczywo pszenno-żytnie- dieta podstawowa,
* pieczywo pszenne (bułka wrocławska) – dieta łatwostrawna,
* pieczywo pełnoziarniste- dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych,
* inne np. bezglutenowe z certyfikatem produktu bezglutenowego, niskobiałkowe.

**Masło (15g/osobę):**

* zawartość tłuszczu minimum 82%- wszystkie diety z wyłączeniem diety z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych;
* masło śmietankowe, bez oleju palmowego i kokosowego- dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych ( **10 g śniadanie I, 5 g śniadanie II**);
* masło na sztuki bądź w kostce- poporcjowane.

**Dodatek białkowy (60 g/osobę)**

W zależności od diety:

* wędlina, polędwica drobiowa, polędwica wieprzowa, szynka,polędwice bez innych wyrobów garmażeryjnych;
* zawartość mięsa w wędlinach oraz kiełbasach powinna wynosić minimum 80 % mięsa;
* 1 jajko lub białko jaja, ser żółty, ser twarogowy w zależności od diety-chudy, półtłusty, pasta   
  z jajek, pasta z białek, pasta z ryby, pasty warzywno-mięsne;
* pasty z nasion roślin strączkowych (dieta podstawowa, dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych).

**Dodatek warzywny lub owocowy (100g/osobę)**

* w zależności od diety:
* w postaci surowej (dieta podstawowa, dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych,
* gotowanej, duszonej, rozdrobnionej (dieta łatwostrawna i z modyfikacjami),
* sezonowe.

**Obiady**

Obiady powinny składać się z:

* zupy,
* drugiego dania,
* napoju- kompot na bazie owoców (250 ml).

**Zupy (400 ml/ osobę)**

* wywary mięsne lub warzywne;
* dodatek węglowodanów (15-30g suchego produktu): ryż, kasze, makaron; ziemniaki- 60-120g);
* tłuszcze: masło, oliwa, olej, naturalne przyprawy ziołowe, sól, bez przypraw zawierających glutaminian sodu.

**Drugie danie:**

* dodatek węglowodanów (**nie mniej niż 200 g po ugotowaniu**): ryż, kasze, makarony, ziemniaki, kluski, kopytka;
* dodatek białkowy (**nie mniej niż 120 g**) : mięso, ryby, jajko;
* sos do mięsa (**80-100g**);
* dodatek warzyw (**nie mniej niż 100g)** w zależności od diety: surowe, gotowane, sezonowe.

**Kolacje**

Kolacje powinny składać się z:

* pieczywa,
* masła,
* dodatku białkowego,
* dodatku owocowego lub warzywnego,
* herbaty z możliwością dosłodzenia.

Wszystkie wymagania jakościowe oraz ilościowe dotyczące kolacji są tożsame z wymaganiami zawartymi w śniadaniu.

**Wymagania jakościowe dotyczące poszczególnych diet**

|  |  |
| --- | --- |
| **Rodzaj diety** | **Przykładowe produkty i wymagania** |
| Dieta podstawowa (1) | - pieczywo: pszenno- żytnie; pieczywo razowe; pieczywo graham;  - dozwolone wszystkie owoce oraz warzywa;  - przynajmniej 1 posiłek w ciągu dnia powinien zawierać produkty zbożowe z pełnego przemiału;  - ryby i/lub przetwory rybne (głównie z ryb morskich) należy uwzględnić co najmniej 3 razy na ok. 10 dni;  -nasiona roślin strączkowych i/lub ich przetwory należy uwzględnić co najmniej 3 razy na ok. 10 dni;  -wszystkie techniki kulinarne dozwolone. |
| Dieta łatowstrawna i jej modyfikacje (2-4) | - pieczywo pszenne- bułka wrocławska;  - drobne kasze i makarony;  - ziemniaki gotowane;  - owoce pieczone; gotowane; banany surowe;  - warzywa: gotowane, pieczone, pomidor bez skórki;  - mięsa gotowane, pieczone;  - wykluczenie produktów z nasion roślin strączkowych, kalafior, brokuł (ograniczone ilości) kiszonki, cebula;  - wykluczenie produktów oraz zup ciężkostrawnych;  - smażenie w głębokim tłuszczu- zabronione. |
| Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych (6) | Schemat posiłków zgodny z tabelą poniżej  6 posiłków dziennie;  -bez zup mlecznych do śniadania;  - pieczywo pełnoziarniste;  - warzywa surowe;  - warzywa gotowane al. dente;  - makarony z pszenicy durum gotowane al. dente;  - kasze gruboziarniste min. 3 razy w tygodniu gotowane al. dente;  - owoce surowe;  - wykluczone owoce suszone, kandyzowane, gotowane;  ryby i/lub przetwory rybne (głównie z ryb morskich) należy uwzględnić co najmniej 3 razy na ok. 10 dni;  -nasiona roślin strączkowych i/lub ich przetwory należy uwzględnić co najmniej 3 razy na ok. 10 dni;  - masło śmietankowe;  - wykluczenie obiadów na słodko. |
| Dieta papkowata (12) | - miksowana zupa z dodatkiem białkowym i dodatkiem tłuszczowym: oliwa, masło;  - jogurty;  - twarożki;  - kisiele;  - galaretki;  - kleik ryżowy lub z innych zbóż;  - musy owocowe;  - przeciery warzywne;  - ziemniaki;  - mięso mielone, wędliny mielone. |
| Dieta płynna (13) | odtłuszczony rosół, bardzo rozcieńczony kleik;  -słaba herbata;  - klarowne soki owocowe. |
| Dieta płynna wzmocniona (14) | - miksowana zupa z dodatkiem białkowym i dodatkiem tłuszczowym: oliwa, masło;  - jogurty;  - mleko. |
| Dieta kleikowa (15) | - kleik gotowy;  - suchary;  - suchary bez cukru;  - dopuszcza się przesłanie kleiku w opakowaniu;  - konieczne zabezpieczenie zapasowego kleiku oraz sucharów. |
| Dieta po zabiegu bariatrycznym (16) | - bulion chudy;  - bulion warzywny;  - kisiel bez cukru;  - jogurt naturalny;  - konieczne zabezpieczenie zapasowego kisielu. |

**Przykładowe schematy cukrzycowe**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **WTOREK** |  |  |
| **POSIŁEK** | **POTRAWA** | **PRODUKTY w gr.** |
| ŚNIADANIE I | herbata owocowa, chleb graham, masło roślinne, polędwica drobiowa, sałata zielona, ogórek kiszony, rzodkiewka, zielona pietruszka, koperek | herbata owocowa |
| chleb graham |
| masło śmietankowe 5 g |
| polędwica drobiowa |
| ogórek kiszony |
| sałata zielona, koperek |
| rzodkiewka |
| zielona pietruszka |
| ŚNIADANIE II | chleb graham z masłem, pomidorem, zieloną sałatą | chleb graham |
| masło roślinne |
| pomidor |
| sałata zielona |
| OBIAD | kapuśniak z białej kapusty | wywar jarzynowy |
|  | kapusta biała |
|  | ziemniaki |
|  | koncentrat pomidorowy |
|  | mąka pszenna |
|  | filet drobiowy | filet drobiowy |
|  | Bukiet jarzyn gotowany | fasolka szparagowa |
|  | olej |
|  | mizeria z ogórków zielonych | ogórek zielony |
|  | cebula |
|  | jogurt naturalny |
|  | ziemniaki | ziemniaki |
|  | kompot z owoców | owoce |
|  |  |  |
| PODWIECZOREK | kanapka z masłem, jogurt naturalny , owoc | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| jogurt naturalny |
| jabłko |
| KOLACJA I | Chleb graham z masłem, wędliną i papryką | chleb graham |
| masło roślinne |
| szynka drobiowa |
| sałata zielona |
| papryka świeża |
| KOLACJA II | kanapka z masłem i pomidorem, koper | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| pomidor |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PIĄTEK** |  |  |
| **POSIŁEK** | **POTRAWA** | **PRODUKTY w gr.** |
| ŚNIADANIE I | chleb graham, ser żółty, fasolka szparagowa, pomidor, herbata, sałata zielona | chleb graham |
| ser żółty |
| pomidor, zielona pietruszka |
| fasolka szparagowa |
| herbata |
| sałata zielona |
| ŚNIADANIE II | kanapka z masłem, zieloną sałatą i ogórkiem kiszonym | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| sałata zielona, ogórek kiszony |
| OBIAD | barszcz czerwony z pietruszką | włoszczyzna |
| buraki |
| mąka pszenna |
| ziemniaki |
| filet rybny duszony, szpinak, sałata z pomidorami, ziemniaki, koper | filet rybny |
| olej |
| szpinak |
| czosnek |
| mąka pszenna |
| pomidory |
| cebula, sałata zielona |
| ziemniaki |
| koper |
| kompot z owoców | owoce |
| PODWIECZOREK | kanapka z masłem, jogurt naturalny , owoc | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| jogurt naturalny |
| owoc |
| KOLACJA I | kanapka z masłem, ser twarogowy, brokuły z koperkiem, herbata owocowa | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| ser twarogowy chudy |
| brokuły, sałata zielona |
| olej, koper |
|  |  | sałata zielona |
| KOLACJA II | kanapka z masłem i pomidorem | chleb graham |
| Masło śmietankowe |
| pomidor |
| sałata zielona |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SOBOTA** |  |  |
| **POSIŁEK** | **POTRAWA** | **PRODUKTY w gr.** |
| ŚNIADANIE I | kanapka z twarogiem, papryką, ogórkiem, herbata, sałata zielona | twarożek |
| mleko |
| koper zielony, sałata zielona |
| papryka świeża |
| ogórek kiszony |
| masło śmietankowe |
| chleb graham |
| ŚNIADANIE II | chleb z masłem i pomidorem | pomidor |
| chleb graham |
| masło śmietankowe |
|  | sałata zielona |
| OBIAD | zupa ogórkowa z ziemniakami, koper | włoszczyzna |
| ziemniaki |
| ogórki kiszone |
| mąka pszenna |
| mleko |
| schab duszony w sosie, kalafior z wody, sałata zielona, ziemniaki, kompot z owoców | schab |
| olej |
| kalafior |
| sałata zielona |
| ziemniaki |
| owoce |
| kefir do sałaty |
| PODWIECZOREK | kanapka z masłem, kefir, owoc | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| kefir/jogurt naturalny |
| owoc |
| KOLACJA I | chleb graham z masłem roślinnym, szynką drobiową, sałatka z fasolki szparagowej z olejem | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| szynka drobiowa |
| fasolka szparagowa |
| olej, koper |
|  |  | sałata zielona |
| KOLACJA II | kanapka z masłem i pomidorem, sałata zielona | chleb graham |
| masło śmietankowe |
| pomidor |