



Dietní Normování

Dietní systém

- Historie jednotného dietního systému sahá do padesátých let minulého století.
- 1955 byl publikován v Praze: Nový dietní systém pro nemocnice a v 1958 v Bratislavě: Diétne stravovanie v nemocniciach. Tento systém se stal normou, podle níž se připravovala léčebná výživa ve všech českých a slovenských nemocnicích.
- 1968 novelizace dietního systému
- 1983 vydán inovovaný Diétny systém pre nemocnice – Dietní systém pro nemocnice.
- 1991 novelizace Dietního systému pro nemocnice metodickým listem Ministerstva zdravotnictví ČR.

Dietní systém dříve

- Závazný a neměnný celostátně platný materiál, charakterizující diety a stanovující konkrétní receptury, včetně technologických postupů.
- Bez individualizace.

Dietní systém dnes

- Dokument platný pro každé zařízení poskytující léčebnou výživu formou diet.
- Jeho vydání je garantováno ředitelem zařízení.
- Obsahuje základní pravidla, neřeší konkrétní receptury.
- Individualizace.

VÝZNAM TECHNOLOGICKÉ PŘÍPRAVY POKRMU

- Technologickým zpracováním se mění potraviny v pokrm, v němž se mnohdy zlepšuje jejich stravitelnost a využitelnost živin.
- Teplem se zahubí patogenní choroboplodné a rozkladné mikroorganismy a zárodky parazitů.

Základní Technologické postupy

- Vaření (vaření v páře, vaření ve vodní lázni)
- Zadělávání
- Dušení
- Pečení (grilování, gratinování)
- Smažení



Dietní normování

Vločková kaše

- mléko
- 250 ml
- ovesné vločky
- 30 g
- cukr
- 10 g
- kakao
- 2,5 g
- máslo
- 10 g
- kompot (ozdoba)
- 60 g

Hovězí guláš

- Hovězí maso přední
 - Olej
 - Cibule
- Sladká paprika
- Hladká mouka
 - Sůl
 - Mletý pepř
 - Kmín
 - Majoránka
- 90 g
- 10 g
- 30 g
- 2 g
- 15 g

Obecné Vzorky Ostatní

Číslo	<input type="text" value="RH_HOM0016"/>	Kód skupiny receptury . .	<input type="text" value="RH_HOV_MAS"/>
Popis	<input type="text" value="Hovězí guláš"/>	Kód podskupiny recept...	<input type="text" value="HOV_MAS_DUS"/>
Zkrácený popis	<input type="text" value="guláš hov."/>	Kód varného místa	<input type="text" value="KUC_DIE"/>
Kód měrné jednotky	<input type="text" value="PO"/>	Cena	<input type="text" value="143,15"/>
Normované množství	<input type="text" value="10,00"/>	Teplý přídavek	<input type="checkbox"/>
Množství na tablet.	<input type="text" value="1,00"/>	Mléčná kuchyně	<input type="checkbox"/>
Poznámka.	<input type="text"/>		

Číslo	Popis	Množství	Kód měř...
0027	hovězí maso přední bk., č.	1 000,00	G
0581	olej	100,00	G
1220	cibule	300,00	G
▶ 1595	paprika sladká	20,00	G
1052	mouka hladká	150,00	G
1636	sůl (kg)	20,00	G
1596	pepř mletý	1,00	G
1589	kmín	1,00	G
1590	majoránka	1,00	G


Hovězí guláš

pro pacienta s chronickým zánětem žlučníku

- hovězí maso zadní
 - sůl, vývar z kostí
 - kmín (vývar)
 - cibule (vývar)
 - rajčatový protlak
 - hladká mouka
 - majoránka
 - olej
- 90 g
- 20 g
- 20 g
- 15 g
- 5 g

Hlavní jídla

- maso výsekové
- maso mleté
- ryby – živá hm.
- filé
- kuře
- husa
- kachna
- holub
- vnitřnosti
- mozeček
- 90 g
- 90 g
- 250 g
- 150 g
- $\frac{1}{4}$
- $\frac{1}{8}$
- $\frac{1}{6}$
- $\frac{1}{2}$
- 120 g
- 150 g

- 
- Žampiony na smažení
 - Květák na smažení
 - Žampiony pod maso
 - Rajský protlak (pod maso, pol.)
 - Rajský protlak omáčka
 - Slanina na protýkání
 - Uzenina na protýkání
 - Smetana (zlepšení)
 - Maso na mrkvi, celeru, rajčatech,...
 - Zelenina na svíčkovou
 - Zelenina samostatně
 - Brambory na bramborový guláš
- 100 – 150 g
 - 150 g
 - 20 g
 - 15 g
 - 20 g
 - 10 g
 - 10 g
 - 50 ml
 - 50 – 80 g
 - 3x 20 g
 - 150 g
 - 150 – 200 g



Obal na smažení:

Vejsce 1/5

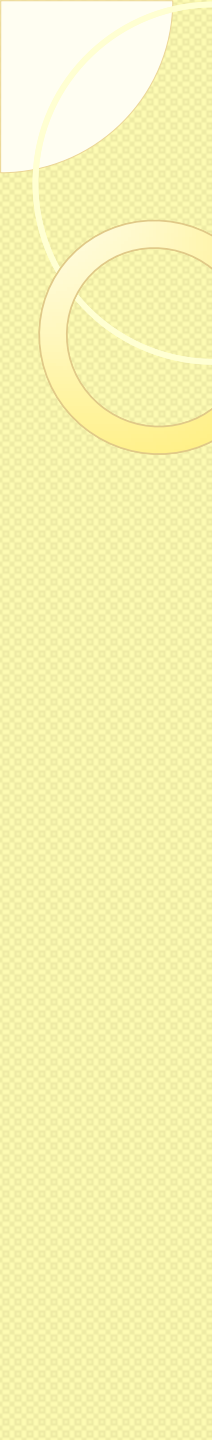
Hladká mouka 15 g

Strouhanka 20 g

Olej 50 g (30 g)

Polévky

- Maso
 - Filé
 - Dršťky
 - Vnitřnosti
 - Uzenina
 - Droždí
 - Vejce
 - Mléko, smetana
 - Zelenina –mrkev, celer, petržel
 - Jen zelenina
 - Obiloviny, rýže, těstoviny
 - Luštěniny
 - Houby čerstvé
 - Voda
- 30 g
 - 50 – 100 g
 - 50 g
 - 30 g
 - 20 – 30 g
 - 10 – 15 g
 - 1/5 – 1/10
 - 1/16
 - 30 g
 - 50 – 80 g
 - 10 g
 - 30 g
 - 20 – 30 g
 - 1/4 - 1/3



Kapání - 10 – 15 g hrubé mouky
vejce 1/5, sůl

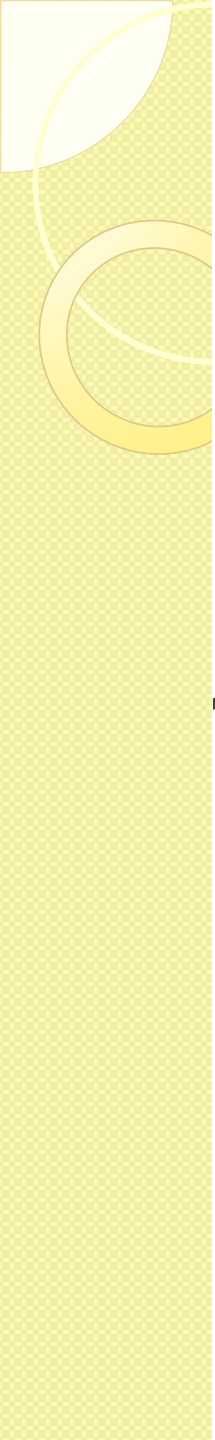
Jíška – 10 g hladká mouka
5 – 10 g tuk
10 g cibule

příkrmy

- Zelenina
 - Kapusta
 - Zelí
 - Brambory
 - Rýže
 - Těstoviny
 - Luštěniny
- 150 g
 - 200 – 250 g
 - 200 – 250 g
 - 250 g (150 g;300–500g)
 - 70 g
 - 70 g
 - 100 – 120 g

1 000 g syrových po uvaření

Těstoviny	2 400 g	2,4x
Rýže	2 000 g	2,0x
Kroupy, jáhly	3 000 g	3,0x
Krupky	2 800 g	2,8x
Čočka, fazole	2 500 g	2,5x
Hrách	2 200 g	2,2x



Kolik těstovin potřebujeme
uvařit, abychom získali
1 000 g vařených těstovin?

tuk

- Na dušení masa, zeleniny: 5 g
- Na pečení (dle druhu): 5 – 10 g
- Na smažení: 50 g
- Na maštění: 5 g, 15 g

Mouka

- Zahuštění masové šťávy: 10 g
- Omáčka: 20 g
- Zadělávaná zelenina: 15 g
- Na houskový knedlík: 80 g

Sladká jídla + sypání

- Krupice na kaši: 40 g na 500 ml mléka
- Rýže na kaši: 60 g na 500 ml mléka
- Rýže na nákyp: 100 g
- Rohlíky na žemlovku: 2 ks

Sypání

- Mák: 15 g + 30 g cukru
- Skořice: 2 g
- Ořechy: 10 – 20 g
- Kakao: 2,5 g
- Perník, strouhanka: 20 g
- Tvaroh: 100 g
- Ovoce (náplň): 100 g
- Eidam: 20 g

ostatní

- Med, džem
- Máslo
- Vánočka
- Veka
- Rohlík
- Chléb
- Párek
- Eidam, šunka
- Mazací sýr
- 30 g
- 10 – 15 g
- 100 g X 60 g
- 80 g X 40 g
- 2 ks X 1 ks
- 80 – 100 g
- 80 – 100 g
- 50 g (80 g)
- 50 g

nápoje

- Mléko na kávu
 - Mléko na kakao
 - Zrnková káva,
melta
 - Kakao
 - Čaj
 - Cukr
 - Sirup do čaje
 - Citrón
- až 125 ml
 - 250 ml
 - 7 g
 - 3 – 5 g
 - 1 g
 - 15 g
 - 10 g
 - 20 g

kypřící prostředek	druh těsta	množství kypřících prostředků na 500 g hmotnosti mouky
droždí	kynutá těsta lehká	10 - 20 g
	kynutá těsta tužší	30 - 40 g
	kynutá těsta velmi tučná	40 - 50 g
kypřící prášek	linecká těsta	špetka - 5 g
	těsta křehká - úsporná, třená úsporná	10 - 15 g
amonium	lehká těsta tuhá	1 - 3 g
	tučnější těsta	5 - 8 g
bikarbonát	těsta kefírová, jogurtová	3 - 5 g

Zkusme normovat...

- Přírodní vepřový plátek
- Bramborová kaše
- Polévka kmínová s vejcem

Základní diety	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
Tekutá	6 000	60	45	200
Kašovitá	9 500	80	70	320
Šetřící	9 500	80	70	320
Racionální	9 500	80	70	320
S omezením tuků	9 500	80	55	360
S omezením zbytků	9 500	80	70	320
S omezením proteinů	9 500	50	70	350
Redukční	5 300	75	40	150
Diabetická	7 400	75	60	225
Neslaná	9 500	80	70	320
Výživná	12 000	105	80	420
Batolecí	5 500	45	40	190
Děti předškolního věku	7 000	60	55	230
Děti mladšího školního věku	8 800	75	55	300

Jednodenní Jídelníček pro pacienta po virové hepatidě

Snídaně: bílá káva, rohlíky, máslo, med

Svačina: banán

Oběd: hovězí vývar s nudlemi, vařené hovězí maso, brambory, dušená fazolka

Svačina: čaj s mlékem

Večeře: Pečené kuře, dušená rýže, mrkvový salát

Váhy hotových pokrmů

- Polévka
 - Šťáva masová
 - Omáčka
 - Maso
 - Rizoto
 - Zapečené brambory/
těstoviny
 - Žemlovka/Nákyp
 - Kynuté knedlíky s
povidly
 - Nudle s mákem
- 300 ml
 - 150 ml
 - 200 g
 - 65 g
 - 350 g
 - 400 g
 - 400 g
 - 350 g
 - 350 g

Váhy hotových pokrmů

- Brambory • 250 g
- Bramborová kaše • 300 g
- Těstoviny • 200 g
- Rýže • 200 g
- Knedlíky • 160 g
- Bramborové knedlíky • 200 g
- Plněné bramborové knedlíky • 300 g
- Tvarohové knedlíky • 300 g
- Saláty • 150 g
- Kompoty • 150 g
- Dušená zelenina • 200 g

Irena Haluzová, DiS.

 **DĚKUJI ZA POZORNOST!**