

ICS 03.080
CCS A 12

DB 14

山 西 省 地 方 标 准

DB 14/T 1531—2017
2024年2月28日确认有效

养老机构配餐要求

2017 - 12 - 30 发布

2018 - 03 - 01 实施

山西省质量技术监督局

发布

目 次

前言	II
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 基本要求	3
5 配餐基本类型及要求	3
6 老年人常见疾病配餐及要求	4
参考文献	6

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2009 给出的规则起草。

本标准由山西省民政厅提出并归口。

本标准起草单位：山西省老年公寓。

本标准主要起草人：王 康、赵润娥、康红丽。



养老机构配餐要求

1 范围

本标准规定了养老机构配餐基本要求、基本配餐类型、老年人常见疾病配餐要求以及评价与改进。本标准适用于养老机构餐饮服务。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件,仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件,其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

GB/T 27306 食品安全管理体系 餐饮业要求
《国家职业技能标准 养老护理员》 2011年

3 术语和定义

《国家职业技能标准 养老护理员》界定的以及下列术语和定义适用于本文件。

3.1

配餐

根据服务对象的营养需求和食物的营养特性配备不同类型的饮食。

3.2

普食

即普通饮食,与健康人饮食相似,适用于消化功能无障碍,饮食不受限制的老年人。

3.3

饮食

从普食过度到半流质、含纤维素少、便于咀嚼,比普食容易消化的食品。

3.4

半流质食物

介于软食和流质饮食之间的饮食,应含有足够的蛋白质和热能,纤维质的含量极少,比软食更容易咀嚼和消化。

3.5

流质食物

是一种食物呈液体状态，比半流质食物更易于吞咽和消化的食物。

3.6

低盐饮食

是指每日可用食盐不超过2-3g或酱油10ml/d，但不包括食物内自然存在的氯化钠。

3.7

低糖饮食

是指少摄入碳水化合物即多吃菜少吃主食的饮食。

3.8

高蛋白饮食

是指每日进食量蛋白质在100-200g之间的饮食。

3.9

低蛋白饮食

是指每日进食量蛋白质在40g以下的饮食。

3.10

低嘌呤饮食

是指每日进食嘌呤含量在150g以下的饮食。

3.11

低脂饮食

是指每日进食嘌呤含量在150g以下的饮食。

3.12

少渣饮食

也称作低纤维饮食，是指忌用膳食纤维含量丰富的粗粮和蔬菜。

3.13

低胆固醇饮食

是指每日胆固醇摄入量低于300g/d的饮食。

3.14

高膳食纤维饮食

是指使用富含膳食纤维的食物加工而成的饮食。

3.15 **高热量饮食**

是指富含各种饱和和不饱和脂肪酸，淀粉含量、糖分、热量较高的饮食。

4 基本要求

- 4.1 应取得《卫生经营许可证》。
- 4.2 应取得从业人员健康证。
- 4.3 食品安全管理应符合 GB/T 27306 的要求。
- 4.4 配餐应营养均衡，食物以软、烂、淡为宜。
- 4.5 应尊重老年人宗教信仰。

5 配餐基本类型及要求

5.1 基本类型

包括普食、软食、半流质、流质四种基本类型。

5.2 普食

- 5.2.1 正常人饮食，每日应提供早、午、晚三餐，三餐间隔 4-6 小时。
- 5.2.2 主副食应多样化，烹调应保持美观可口。
- 5.2.3 不应提供辣椒、芥末、咖喱等刺激性和难以消化的食物。

5.3 软食

- 5.3.1 主食应提供粥、馒头、烂饭、烂糊面等易消化食物。
- 5.3.2 副食应选用瘦嫩猪羊肉或蛋类、鱼类、虾类、动物肝脏等。
- 5.3.3 长期食用软食应补充菜汁、果汁、番茄汁等富含维生素 C 和矿物质的食物。
- 5.3.4 不应提供油炸、烟熏、烧烤类、刺激性食物。
- 5.3.5 应对低热、手术恢复期、溃疡病、咀嚼或吞咽功能弱化、消化不良、患肠胃疾病、进行肛门结肠及直肠手术后的老年人提供软食。食物应切小、烧软、煮烂，每天 3-4 餐。

5.4 半流质食物

- 5.4.1 食物应制成软、稀、烂，呈半流质状态。
- 5.4.2 不应过冷和过热，温热适度。
- 5.4.3 应少食多餐，每隔 2-3 小时进餐一次，每日 5-6 次，每次 300ml 左右。
- 5.4.4 应对发热、消化道疾病、手术后、吞咽、咀嚼困难或消化功能不能适应正常饮食的老年人提供半流质食物。

5.5 流质食物

- 5.5.1 应选用质地细嫩、易消化的食物，长时间进食流质食物时应使用配方膳或均匀浆。
- 5.5.2 应使用食用匀浆机、榨汁机等器材，制成液体状食物。
- 5.5.3 每日 6-7 餐，每次应 250ml 左右，不应过甜或过咸，酸碱平衡。
- 5.5.4 应对高热、大手术后返院、急性消化道炎症，咀嚼吞咽功能严重困难者、病危老年人提供流质食物。

6 老年人常见疾病配餐及要求

6.1 老年人常见疾病配餐类型包括低盐、低糖、高蛋白、低蛋白、低嘌呤、低脂、少渣、低胆固醇、高膳食纤维、高热量等。

6.2 低盐饮食

6.2.1 每日食盐摄入量不超过 2g。酱油、醋、酱等调味品中含有的食盐，也应计入总量。

6.2.2 应对患有高血压病、心脏病、心衰、急性肾炎、肝硬化、水肿的老年人提供低盐饮食。

6.3 低糖饮食

6.3.1 应控制饮食中碳水化合物的摄入量。

6.3.2 不应提供含糖量高的食物。

6.3.3 应对患有糖尿病的老年人提供低糖饮食。

6.4 高蛋白饮食

6.4.1 每日每公斤体重蛋白质的摄入量应为 1.2-2g，蛋白质来源应以肉类、鱼类、蛋类、奶类为主。

6.4.2 应对患营养不良、手术前后、贫血、结核病的老年人提供高蛋白饮食。

6.5 低蛋白饮食

6.5.1 应控制饮食中蛋白质的摄入量。

6.5.2 应对肾功能不全者，提供优质蛋白食物，如鸡蛋、牛奶等。

6.5.3 应对肝功能衰竭者，提供豆类蛋白为主的食物。

6.5.4 应对患急性肾炎、慢性肾功能衰竭、肝昏迷前期的老年人提供低蛋白饮食。

6.6 低嘌呤饮食

6.6.1 应控制饮食中嘌呤的摄入量。

6.6.2 不应提供肥肉、鱼虾及动物内脏等高嘌呤食物。

6.6.3 应对患有痛风、高尿酸血症、尿酸性结石的老年人提供低嘌呤饮食。

6.7 低脂饮食

6.7.1 应控制胆固醇及甘油三酯等脂类食物的摄入量。不应提供肥肉、奶油等脂肪含量高及油炸、油煎食物。

6.7.2 应对患有急性肝炎、肝硬化、胆囊疾病、慢性胰腺炎、血脂异常、冠心病、高血压的老年人提供低脂饮食。

6.8 少渣饮食

6.8.1 应控制提供芹菜、豆芽、豆苗、韭菜、粗杂粮等富含膳食纤维的食物。

6.8.2 应对患有腹泻、肠炎恢复期、伤寒、肛门肿瘤的老年人及有咽部及消化道手术的老年人提供少渣饮食。

6.9 低胆固醇饮食

6.9.1 每日胆固醇的摄入量应少于 3g。不应提供奶油、起酥油等富含胆固醇的食物。

6.9.2 应多提供香菇、木耳、豆制品、橄榄菜等有助于降低胆固醇的食物。

6.9.3 应对患有腹泻、肠炎恢复期、伤寒、肛门肿瘤的老年人及有咽部及消化道手术的老年人提供低胆固醇饮食。

6.10 高膳食纤维饮食

6.10.1 应多食用韭菜、豆芽、芹菜、豆苗、粗杂粮等富含膳食纤维的食物。

6.10.2 应对患有便秘、糖尿病、肥胖、冠心病、血脂异常及肛门手术恢复期的老年人提供高膳食纤维饮食。

6.11 高热量饮食

6.11.1 应多提供富含动物脂肪，植物油、糖类等高热量的食物。

6.11.2 应对体重过低、患有贫血、结核病、伤寒、甲亢的老年人提供高热量饮食。

6.12 其他疾病配餐

6.12.1 应对患有其他疾病的老年人,提供相应的饮食。



参 考 文 献

- [1] 中国社会福利协会《老年营养师实务培训》2014年4月第一版
[2] 国家职业资格培训教程《养老护理员基础知识》2013年1月第一版
-