

# Kostformenkatalog

**Universitätsklinikum  
Erlangen**



## Ernährung im Wandel der Zeit...

Das Wissen über eine richtige Ernährung und deren Auswirkung auf die Gesundheit und den Heilungsprozess ist nicht neu. Schon die alten Griechen setzten spezielle Diäten zur Behandlung von Krankheiten ein. Und auch heute noch hat eine günstige Auswahl an Lebensmitteln und Getränken einen wichtigen Stellenwert in der Therapie des Patienten. Die Erkenntnisse darüber haben in der Vergangenheit zugenommen und sich weiterentwickelt.

So ist beispielsweise die gesundheitsfördernde Wirkung der mediterranen Ernährungsweise, vor Jahren bei uns kaum bekannt, heute Basis für eine ausgewogene Lebensweise. Bestimmte strenge Diäten, die Patienten noch vor wenigen Jahren einhalten mussten, stellten sich unter kritischer Betrachtung als nicht wirkungsvoll heraus. So hat sich gerade im Bereich Onkologie viel verändert. Heutzutage gelten für den Patienten mit Immunsuppression ähnliche Ernährungsempfehlungen wie für den Gesunden auch. Dies war vor wenigen Jahren noch undenkbar.

Und auch der Wunsch zur vegetarischen bzw. pflanzenbetonter Ernährung ist mehr als nur ein Trend. 2021 ernährten sich laut Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) 10 % der deutschen Bevölkerung vegetarisch und 2 % vegan.

Mit dieser überarbeiteten Ausgabe möchten wir den neuen Empfehlungen und Anforderungen Rechnung tragen und einen Überblick der derzeit angebotenen Kostformen am Universitätsklinikum Erlangen geben. Es werden die 56 Kostformen vorgestellt, welche die zentrale Speiserversorgung standardmäßig anbietet. Einzelne Kostformen können auch kombiniert werden, so dass über 200 verschiedene Kostformkombinationen für die Patienten bestellbar sind.

Sollten Sie dennoch eine spezielle Kost benötigen, die nicht zur Auswahl steht, wenden Sie sich bitte direkt an uns. Wir sind täglich für Sie da und helfen Ihnen gerne weiter.

Um eine individuelle Versorgung und größtmögliche Patientenzufriedenheit zu erreichen, stehen dem Patienten, auch im Rahmen seiner Diät, eine Vielzahl von Wahlmöglichkeiten zur Verfügung. Nutzen Sie deshalb die Auswahl an Zwischenmahlzeiten und Alternativmenüs, die wir zusammengestellt haben.

Dieser Kostformkatalog soll die Basis für eine bedarfsgerechte Verpflegung unserer Patienten sein. Er ist eine Sammlung über die standardmäßig angebotenen Diäten, die den neuesten Kenntnissen der Ernährungswissenschaft entsprechen. Denn das Wissen über die richtige Ernährung und deren Umsetzung ist auch heute noch die Grundlage für die Behandlung von vielen Erkrankungen.

Erlangen, im Januar 2023



**Sabine Heusinger**  
Leitung der Fachabteilung  
Speiserversorgung



**Urban Hetterich**  
Ltd. Diätassistent

# Inhaltsverzeichnis

## 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

1.1.	Vollkost	Seite 6
1.2.	Kost ohne Schweinefleisch	Seite 7
1.3.	Kost ohne Fisch	Seite 8
1.4.	Vegetarische Kost	Seite 9
1.5.	Vegane Kost	Seite 10

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

2.1.	Flüssige Kost	Seite 11
2.2.	Breikost	Seite 12
2.3.	Pürierte Kost	Seite 13
2.4.	Weiche Kost	Seite 14
2.5.1.	Schluckkost 1	Seite 15
2.5.2.	Schluckkost 2	Seite 16
2.5.3.	Schluckkost 3	Seite 17

## 3. Gastroenterologische Kostformen

3.1.	Leichte Vollkost	Seite 18
3.2.1.	Aufbaukost Stufe 1	Seite 19
3.2.2.	Aufbaukost Stufe 2	Seite 20
3.2.3.	Aufbaukost Stufe 3	Seite 21
3.3.	Ballaststoffarme Kost	Seite 22
3.4.	Ballaststoffreiche Kost	Seite 23
3.5.1.	Gastro-OP Kostaufbau Stufe 1	Seite 24

# Inhaltsverzeichnis

3.5.2.	Gastro-OP Kostaufbau Stufe 2	Seite 25
3.5.3.	Gastro-OP Kostaufbau Stufe 3	Seite 26
3.6.1.	Darm-OP Kostaufbau 1	Seite 27
3.6.2.	Darm-OP Kostaufbau 2	Seite 28
3.6.3.	Darm-OP Kostaufbau 3	Seite 29

## 4. Stoffwechseladaptierte Kostformen

4.1.	Diabeteskost	Seite 30
4.2.	Cholesterinsenkende Kost	Seite 31
4.3.	Triglyceridsenkende Kost	Seite 32
4.4.	Purinarme Kost	Seite 33

## 5. Energiedefinierte Kostformen

5.1.	Reduktionskost	Seite 34
5.2.	Hochkalorische Kost	Seite 35

## 6. Protein- und elektrolytdefinierte Kostformen

6.1.	Eiweißreduzierte Kost	Seite 36
6.2.	Eiweißreiche Kost	Seite 37
6.3.	Salzreduzierte Kost	Seite 38
6.4.	Dialysekost	Seite 39

## 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

7.1.	Glutenfreie Kost	Seite 40
7.2.	Laktosearme Kost	Seite 41
7.3.	Fruktosearme Kost	Seite 42

# Inhaltsverzeichnis

7.4.	Sorbitarme Kost	Seite 43
7.5.	Kartoffel-Reis-Diät	Seite 44
7.6.	Milcheiweißfreie Kost	Seite 45
7.7.	Sellerie-Karotten-Tomatenfreie Kost	Seite 46
7.8.	Sojafreie Kost	Seite 47
7.9.	Farb- und Konservierungsstofffreie Kost	Seite 48
7.10.	Histaminarme Kost	Seite 49
7.11.	Glutamatfreie Kost	Seite 50

## 8. Sonderkostformen

8.1.	Keimreduzierte Kost	Seite 51
8.2.	Fettfreie Kost	Seite 52
8.3.	Tyraminarme Kost	Seite 53
8.4.	Jodarme Kost	Seite 54
8.5.	Säurearme – milde Kost	Seite 55
8.6.	Gestationsdiabetes	Seite 56
8.7.	Wunschkost	Seite 57
8.8.	Sonderkost	Seite 58

## 9. Anhang

9.1.	BE-Verteilung	Seite 59
9.2.	Kontaktdaten	Seite 60

# 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

## 1.1. Vollkost (VK)

### Indikation:

keine diätetische Einschränkung

### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

### Hinweise:

- Wahlmöglichkeit zwischen den Menülinien „*Classic*“, „*Leicht*“, „*Mediterran*“ und „*Vegetarisch*“
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- für die Kinderklinik steht ein spezieller „Kinder-Speiseplan“ zur Verfügung
- für Patienten mit „Wahlleistung Unterkunft“ steht ein Zusatzangebot zur Auswahl
- auch für Diabetiker mit intensivierter Insulintherapie geeignet
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

# 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

## 1.2. Kost ohne Schweinefleisch (oh. Schwein)

### Indikation:

keine diätetische Einschränkung

Abneigung gegenüber Schweinefleisch

### Prinzipien:

- Ausschluss vom Schwein gewonnener Produkte (z.B. Fleisch, Gelatine)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

### Hinweise:

- Wahlmöglichkeit zwischen den Menülinien „Kost ohne Schweinefleisch“ und „Vegetarisch“
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Leichte Vollkost, Keimreduzierte Kost, Diabeteskost, Reduktionskost, Hochkalorische Kost, Eiweißreiche Kost, Pürierte Kost, Weiche Kost, Schluckkost 1-3, Ballaststoffarme Kost, Aufbaukost Stufen 2 und 3, Gastro-OP Kost 2 und 3, Darm-OP Kost 2 und 3, Glutamatfreie Kost, Fruktosearme Kost, Sorbitarme Kost, Laktosearme Kost, Glutenfreie Kost, Salzreduzierte Kost, Dialysekost, Histaminarme Kost, Sellerie-Karotten-Tomatenfreie Kost*

# 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

## 1.2. Kost ohne Fisch (oh. Fisch)

### Indikation:

keine diätetische Einschränkung

Abneigung gegenüber Fisch

### Prinzipien:

- Ausschluss vom Fisch gewonnener Produkte (z.B. Fischfilet, Fischkonserven)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

### Hinweise:

- Bei bestehender Fischallergie muss eine telefonische Information an die Speiserversorgung gegeben werden
- Wahlmöglichkeit zwischen den Menülinien „Kost ohne Fisch“ und „Vegetarisch“
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Leichte Vollkost, Keimreduzierte Kost, Hochkalorische Kost, Eiweißreiche Kost, Diabeteskost, Reduktionskost, Pürierte Kost, Weiche Kost, Schluckkost 1-3, Ballaststoffarme Kost, Aufbaukost Stufen 2 und 3, Gastro-OP Kost 2 und 3, Darm-OP Kost 2 und 3, Glutamatfreie Kost, Fruktosearme Kost, Sorbitarme Kost, Laktosearme Kost, Glutenfreie Kost, Dialysekost, Salzreduzierte Kost, Histaminarme Kost, Allergenarme Kost, Fettfrei*

# 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

## 1.4. Vegetarische Kost (Veget)

### Indikation:

keine diätetische Einschränkung

Abneigung gegenüber Fleisch, Fisch und daraus hergestellten Produkten

### Prinzipien:

- Ausschluss von Fleisch, Fisch und daraus hergestellten Produkten; Verwendung von Milch und Milchprodukten sowie von Eier und Eiprodukten (= ovo-lakto-vegetabil)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Hochkalorische Kost, Eiweißreiche Kost, Pürierte Kost, Weiche Kost, Leichte Vollkost, Ballaststoffarme Kost, Diabeteskost, Reduktionskost, Dialysekost, Glutenfreie Kost, Laktosearme Kost, Fruktosearme Kost, Sorbitarme Kost, Gastro-OP Kost 2 und 3, Darm-OP Kost 2 und 3*

# 1. Kostformen ohne diätetische Einschränkungen

## 1.5. Vegane Kost (Vegan)

### Indikation:

keine diätetische Einschränkung

Abneigung gegenüber Lebensmitteln tierischen Ursprungs

### Prinzipien:

- Ausschluss von sämtlichen tierischen Lebensmittel, wie z.B. Fleisch, Fisch, Milch, Eiern, Honig und daraus hergestellten Produkten
- deckt den Energiebedarf (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

### Hinweise:

- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nur unter Gabe eines Supplements als Dauerkost geeignet
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.1. Flüssige Kost (Flüssig)

#### Indikation:

sehr starke Einschränkungen im Kau- und Schluckapparat

#### Prinzipien:

- alle Speisen haben eine flüssige Konsistenz
- alle Speisen können mit Hilfe eines Strohhalmes verzehrt werden
- energieangereichert

#### Hinweise:

- Zur Sicherstellung der Nährstoffversorgung empfiehlt sich der Einsatz von Zusatznahrung, falls die Kostform über einen längeren Zeitraum indiziert ist
- nicht** für den Kostaufbau nach gastroenterologischen Erkrankungen geeignet
- auf vegetarischer Basis hergestellt
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Diabeteskost, Laktosearme Kost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.2. Breikost (Brei)

#### Indikation:

starke Einschränkungen im Kau- und Schluckapparat

#### Prinzipien:

- alle Speisen haben eine breiige Konsistenz
- energieangereichert

#### Hinweise:

- Zur Sicherstellung der Nährstoffversorgung empfiehlt sich der Einsatz von Zusatznahrung falls die Kostform über einen längeren Zeitraum indiziert ist
- nicht** für den Kostaufbau nach gastroenterologischen Erkrankungen geeignet
- alternativ können zum Mittag- und Abendessen auch pikante Speisen gewählt werden: z.B. Kartoffelpüree mit Bratensoße oder vegetarischer Soße
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Diabeteskost, Dialysekost, Laktosearme Kost, säurearm-milde Kost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.3. Pürierte Kost (Püriert)

#### Indikation:

Einschränkungen im Kau- und Schluckapparat

#### Prinzipien:

- alle Speisen haben eine breiig – pürierte Konsistenz
- deckt den Energiebedarf  
(abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- Einsatz von Weißbrot und streichfähigem Belag
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Diabeteskost, säurearm-milde Kost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.4. Weiche Kost (Weiche)

#### Indikation:

leichte Einschränkungen im Kau- und Schluckapparat

#### Prinzipien:

- alle Speisen haben eine weiche Konsistenz
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Diabeteskost, Hochkalorische Kost, Eiweißreiche Kost, Keimreduzierte Kost, säurearm-milde Kost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.5.1. Schluckkost 1 (Schluck 1)

#### Indikation:

Dysphagie

#### Prinzipien:

- alle Speisen sind püriert und homogen
- Ausschluss von körnigen, krümeligen, faserigen und stückigen Speisen
- Ausschluss von gemischten Konsistenzen (z.B. Brühe mit Einlage)
- Flüssigkeiten nur gebunden bzw. angedickt

#### Hinweise:

- wurde in Zusammenarbeit mit der Logopädie des Kopfklinikums erstellt
- der Kostaufbau erfolgt in den Stufen 1 – 3 und wird individuell festgelegt
- Einsatz von püriertem Spezialbrot
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.5.2. Schluckkost 2 (Schluck 2)

#### Indikation:

Dysphagie

#### Prinzipien:

- alle Speisen sind weich und können mit der Zunge zerdrückt werden
- Ausschluss von körnigen, krümeligen, faserigen und stückigen Speisen
- Ausschluss von gemischten Konsistenzen (z.B. Brühe mit Einlage)
- Flüssigkeiten nur gebunden bzw. angedickt

#### Hinweise:

- wurde in Zusammenarbeit mit der Logopädie des Kopfklinikums erstellt
- der Kostaufbau erfolgt in den Stufen 1 – 3 und wird individuell festgelegt
- Einsatz von krustenlosem Brot
- zusätzliche Alternativen und Komponenten der vorangegangenen Stufe werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost*

## 2. Konsistenzveränderte Kostformen

### 2.5.3. Schluckkost 3 (Schluck 3)

#### Indikation:

Dysphagie

#### Prinzipien:

- weiche Übergangskost zur Normalkost
- alle Speisen sind weich
- Ausschluss von körnigen, krümeligen, faserigen und stückigen Speisen und gemischten Konsistenzen (z.B. Brühe mit Einlage)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- wurde in Zusammenarbeit mit der Logopädie des Kopfklinikums erstellt
- der Kostaufbau erfolgt in den Stufen 1 – 3 und wird individuell festgelegt
- zusätzliche Alternativen und Komponenten der voran gegangenen Stufen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.1. Leichte Vollkost (LVK)

#### Indikation:

Unspezifische Intoleranzen gegenüber Lebensmitteln und Speisen

Erkrankungen des Verdauungstrakts

Übergang von Aufbaukost Stufe 3 zu Vollkost

#### Prinzipien:

- Ausschluss von Lebensmitteln und Speisen, die erfahrungsgemäß Beschwerden auslösen (z.B. blähende Lebensmittel, fette und stark gewürzte Lebensmittel und Speisen)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- berücksichtigt die regionalen Ernährungsgewohnheiten

#### Hinweise:

- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Eiweißreiche Kost, Hochkalorische Kost, Diabeteskost, Fruktosearme Kost, Laktosearme Kost, Sorbitarme Kost, Glutenfreie Kost, Vegetarische Kost, Fettfreie Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.2.1. Aufbaukost Stufe 1 (AB 1)

#### Indikation:

Akute gastrointestinale Erkrankungen (z.B. Pankreatitis, Morbus Crohn)

#### Prinzipien:

- praktisch fettfrei
- stark eiweißreduziert
- leicht verdaulich
- ballaststoffarm
- kein Einsatz von rohen Lebensmitteln

#### Hinweise:

- erste Stufe im Kostaufbau
- weiterer Kostaufbau zu den Stufen 2 und 3 bis zur Leichten Vollkost
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Diabeteskost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.2.2. Aufbaukost Stufe 2 (AB 2)

#### Indikation:

Akute gastrointestinale Erkrankungen (z.B. Pankreatitis, Morbus Crohn)

#### Prinzipien:

- kohlenhydratbetont
- sehr fettarm (max. 10g Fett / Tag)
- Einsatz magerster Eiweißträger
- leicht verdaulich und ballaststoffreduziert
- kein Einsatz von rohen Lebensmitteln

#### Hinweise:

- zweite Stufe im Kostaufbau
- weiterer Kostaufbau zu Stufe 3 bis zur Leichten Vollkost
- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.2.3. Aufbaukost Stufe 3 (AB 3)

#### Indikation:

Akute gastrointestinale Erkrankungen (z.B. Pankreatitis, Morbus Crohn)

Operationen am Gastrointestinaltrakt

#### Prinzipien:

- fettarm
- Einsatz magerer Eiweißträger
- leicht verdaulich und ballaststoffreduziert
- kein Einsatz von rohen Lebensmitteln

#### Hinweise:

- dritte Stufe im Kostaufbau
- Vorstufe zur Leichten Vollkost
- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nicht als Dauerkost geeignet
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.3. Ballaststoffarme Kost (Ballarm)

#### Indikation:

Akute Beschwerden im Gastrointestinaltrakt (z.B. Kurzdarmsyndrom, Divertikulitis,...)

Stomatitis

#### Prinzipien:

- leicht verdaulich
- ballaststoffarm (max. 10g Ballaststoffe / Tag)
- Ausschluss von faserreichen Lebensmitteln
- deckt den Energiebedarf (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nur unter Gabe eines Supplements als Dauerkost geeignet
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Diabeteskost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.4. Ballaststoffreiche Kost (Ballreich)

#### Indikation:

Obstipation

Divertikulose

#### Prinzipien:

- ballaststoffreich (mind. 40g Ballaststoffe / Tag)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- kann anfänglich zu gastrointestinalen Beschwerden führen
- auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist zu achten
- beim Abendessen Wahlmöglichkeit zwischen den Menülinien „*Classic*“, „*Leicht*“, „*Mediterran*“ und „*Vegetarisch*“
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.5.1. Gastro-OP Kostaufbau Stufe 1 (Gastro-OP 1)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am oberen Verdauungstrakt

z. B. Ösophagektomie mit Magenhochzug, Gastrektomie, Pankreatektomie (totale, PPPD, Whipple, Linksresektion), Hepatektomie

#### Prinzipien:

- flüssig bis breiige Konsistenz
- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel
- mehrere Mahlzeiten pro Tag (5 – 8)
- kleines Mahlzeitenvolumen

#### Hinweise:

- erste Stufe im Kostaufbau
- weiterer Kostaufbau zu den Stufen 2 und 3
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Diabeteskost, Laktosearme Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.5.2. Gastro-OP Kostaufbau Stufe 2 (Gastro-OP 2)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am oberen Verdauungstrakt

z. B. Ösophagektomie mit Magenhochzug, Gastrektomie, Pankreatektomie (totale, PPPD, Whipple, Linksresektion), Hepatektomie

#### Prinzipien:

- Breiig bis weiche Konsistenz
- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel
- mehrere Mahlzeiten pro Tag (5 – 8)
- kleines Mahlzeitenvolumen

#### Hinweise:

- zweite Stufe im Kostaufbau; weiterer Kostaufbau zur Stufe 3
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Laktosearme Kost, Diabeteskost, Vegetarische Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.5.3. Gastro-OP Kostaufbau Stufe 3 (Gastro-OP 3)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am oberen Verdauungstrakt

z. B. Ösophagektomie mit Magenhochzug, Gastrektomie, Pankreatektomie (totale, PPPD, Whipple, Linksresektion), Hepatektomie

#### Prinzipien:

- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel
- mehrere Mahlzeiten pro Tag (5 – 8)
- kleines Mahlzeitenvolumen

#### Hinweise:

- letzte Stufe im Kostaufbau
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Diabeteskost, Laktosearme Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.6.1. Darm-OP Kostaufbau Stufe1 (Darm-OP 1)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am unteren Verdauungstrakt

z. B. Dünndarmresektion, Ileostomie, Colostoma, Hemikolektomie, Sigmaresektion, Divertikulitis

#### Prinzipien:

- flüssig bis breiige Konsistenz
- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel

#### Hinweise:

- erste Stufe im Kostaufbau
- weiterer Kostaufbau zu den Stufen 2 und 3
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Diabeteskost, Laktosearme Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.6.2. Darm-OP Kostaufbau Stufe 2 (Darm-OP 2)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am unteren Verdauungstrakt

z. B. Dünndarmresektion, Ileostomie, Colostoma, Hemikolektomie, Sigmaresektion, Divertikulitis

#### Prinzipien:

- breiige bis weiche Konsistenz
- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel

#### Hinweise:

- zweite Stufe im Kostaufbau; weiterer Kostaufbau zur Stufe 3
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost, Laktosearme Kost, Vegetarische Kost*

## 3. Gastroenterologische Kostformen

### 3.6.3. Darm-OP Kostaufbau Stufe 3 (Darm-OP 3)

#### Indikation:

Stufenweiser Kostaufbau nach Operationen am unteren Verdauungstrakt

z. B. Dünndarmresektion, Ileostomie, Colostoma, Hemikolektomie, Sigmaresektion, Divertikulitis

#### Prinzipien:

- leicht verdaulich
- keine langfaserigen und rohen Lebensmittel

#### Hinweise:

- letzte Stufe im Kostaufbau
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Diabeteskost, Laktosearme Kost, Vegetarische Kost*

## 4. Stoffwechseladaptierte Kostformen

### 4.1. Diabeteskost (Diabetes)

#### Indikation:

Diabetes mellitus Typ 2

#### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- Einschränkung schnell resorbierbarer Kohlenhydrate (max. 10% der Gesamtenergie in Form von Saccharose)
- fettmodifiziert
- entspricht den Empfehlungen einer ausgewogenen Ernährung

#### Hinweise:

- Berechnung der Kohlenhydrate in Berechnungseinheiten (BE) erfolgt nicht
- bei Insulinneueinstellung kann zusätzlich eine BE-Verteilung (16, 18, 20 BE) hinterlegt werden (→ siehe Anhang)
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Hochkalorische Kost, Eiweißreiche Kost, Leichte Vollkost, Ballaststoffarme Kost, Vegetarische Kost, Laktosearme Kost, Keimreduzierte Kost, Flüssige Kost, Breikost, Pürierte Kost, Weiche Kost, Schluckkost 1-3, Aufbaukost 1-3, Gastro-OP Kost 1-3, Darm-OP Kost 1-3, Laktosearme Kost, Glutenfreie Kost, Dialysekost*

## 4. Stoffwechseladaptierte Kostformen

### 4.2. Cholesterinsenkende Kost (Chol)

#### Indikation:

Fettstoffwechselstörung: Hypercholesterinämie

#### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- fettmodifiziert
- cholesterinreduziert (max. 300mg / Tag)
- entspricht den Empfehlungen einer ausgewogenen Ernährung

#### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 4. Stoffwechseladaptierte Kostformen

### 4.3. Triglyceridsenkende Kost (Trigly)

#### Indikation:

Fettstoffwechselstörung: Hypertriglyceridämie

#### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- fettmodifiziert
- Einschränkung schnell resorbierbarer Kohlenhydrate
- entspricht den Empfehlungen einer ausgewogenen Ernährung

#### Hinweise:

- kein Einsatz von Alkohol
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen möglich

## 4. Stoffwechseladaptierte Kostformen

### 4.4. Purinarme Kost (Purin)

#### Indikation:

Hyperurikämie

Gicht

#### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- purinarm (max. 500mg / Tag)
- fettmodifiziert

#### Hinweise:

- auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist zu achten
- kein Einsatz von Alkohol
- reduzierter Einsatz von Fleisch und Wurstwaren
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen möglich

## 5. Energiedefinierte Kostformen

### 5.1. Reduktionskost (Reduktion)

#### Indikation:

Adipositas

#### Prinzipien:

- deckt Bedarf an essentiellen Nährstoffen  
(abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- entspricht einer Energiezufuhr von etwa 1500 kcal  
(abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- fettreduziert, fettmodifiziert
- ballaststoffoptimiert

#### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost*

# 5. Energiedefinierte Kostformen

## 5.2. Hochkalorische Kost (Hochkal)

### Indikation:

Kachexie

Inappetenz

Mukoviszidose

### Prinzipien:

- deckt den Bedarf an essentiellen Nährstoffen  
(abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- Energieanreicherung durch erhöhte Fettzufuhr

### Hinweise:

- Energieanreicherung erfolgt vorwiegend über die Zwischenmahlzeiten
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Leichte Vollkost, Diabeteskost, Weiche Kost*

## 6. Protein- und elektrolytdefinierte Kostformen

### 6.1. Eiweißreduzierte Kost (EW-red)

#### Indikation:

Niereninsuffizienz

Dekompensierte Leberzirrhose mit Enzephalopathie

#### Prinzipien:

- max. 60g Gesamteiweiß / Tag
- moderate Energieanreicherung durch erhöhten Fettanteil
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an Mikronährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- nicht geeignet zur Therapie angeborener Eiweiß-Stoffwechselstörungen
- strengere Eiweißrestriktion in Absprache mit den Diätassistenten möglich
- reduzierter Einsatz von tierischen Lebensmitteln
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen möglich

# 6. Protein- und elektrolytdefinierte Kostformen

## 6.2. Eiweißreiche Kost (EW-reich)

### Indikation:

Störungen im Eiweißstoffwechsel

### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- mind. 100 g Gesamteiweiß / Tag

### Hinweise:

- Eiweißanreicherung erfolgt vorwiegend über die Zwischenmahlzeiten
- Zwischenmahlzeiten sind automatisch im Standardmenü enthalten
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Leichte Vollkost, Weiche Kost, Diabeteskost*

## 6. Protein- und elektrolytdefinierte Kostformen

### 6.3. Salzreduzierte Kost (Salz-red)

#### Indikation:

Störungen des Mineralstoff- und Wasserhaushalts

Hypertonie

Ödeme, Aszites

Herzinsuffizienz

#### Prinzipien:

- Natriumeinschränkung auf weniger als 6g Kochsalz (NaCl) / Tag
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- Zubereitung der Speisen ohne Kochsalz
- reduzierter Einsatz von verarbeiteten Lebensmitteln
- strengere Salzrestriktion in Absprache mit den Diätassistenten möglich
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinfleisch, Kost ohne Fisch*

## 6. Protein- und elektrolytdefinierte Kostformen

### 6.4. Dialysekost (Dialyse)

#### Indikation:

Hämodialyse

Störungen im Kalium- und Phosphathaushalt

#### Prinzipien:

- Beschränkung auf max. 1000mg Phosphat / Tag
- Beschränkung auf max. 1600mg Kalium / Tag
- mind. 80g Gesamteiweiß / Tag
- deckt den Energiebedarf  
(abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- Kaliumreduktion durch Auswahl geeigneter Obst- und Gemüsesorten sowie entsprechender küchentechnischer Maßnahmen
- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nur unter Gabe eines Supplements als Dauerkost geeignet
- Trinkmenge nach ärztlicher Verordnung
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Vegetarische Kost, Breikost*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.1. Glutenfreie Kost (o. Gluten)

### Indikation:

Glutensensitive Enteropathie (Zöliakie)

Dermatitis herpetiformis Duhring

### Prinzipien:

- Ausschluss von glutenhaltigen Lebensmitteln und Speisen (Produkte aus Weizen, Roggen, Gerste, und deren Abkömmlinge)
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- Einsatz von glutenfreien Spezialprodukten (z.B. glutenfreies Brot, glutenfreie Nudeln)
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Leichte Vollkost, Vegetarische Kost, Diabeteskost, Laktosearme Kost, Kost ohne Milch-EW*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.2. Laktosearme Kost (Laktose)

### Indikation:

Primärer Laktasemangel

Sekundärer Laktasemangel

z.B. chronisch entzündliche Darmerkrankungen, Kurzdarmsyndrom, glutensensitive Enteropathie

### Prinzipien:

- Ausschluss von laktosereichen Lebensmitteln
- max. 8 – 10g Laktose / Tag
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- nicht geeignet bei Galaktosämie und Allergie gegenüber Kuhmilcheiweiß
- strengere Laktoserestriktion in Absprache mit den Diätassistenten möglich
- kalziumreiches Mineralwasser zur Deckung des Kalziumbedarfs empfehlenswert
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Leichte Vollkost, Vegetarische Kost, Diabeteskost, Glutenfreie Kost, Fruktosearme Kost, Sorbitarme Kost, Breikost, Flüssige Kost, Gastro-OP 1-3, Darm-OP 1-3*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.3. Fruktosearme Kost (Fruktose)

### Indikation:

Fruktosemalabsorption

### Prinzipien:

- Ausschluss von fruktose- und sorbitreichen Lebensmitteln und Speisen
- keine Verwendung von Obst und Haushaltszucker
- max. eine Portion Gemüse / Tag
- deckt den Energiebedarf (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- nicht geeignet bei hereditärer Fruktoseintoleranz
- zuckerhaltige Getränke und Säfte sind nicht empfehlenswert
- unzureichende Deckung der Mikronährstoffe, daher nur unter Gabe eines Supplements als Dauerkost geeignet
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Leichte Vollkost, Vegetarische Kost, Laktosearme Kost*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.4. Sorbitarme Kost (Sorbit)

### Indikation:

Sorbitmalabsorption

### Prinzipien:

- Ausschluss von sorbitreichen Lebensmitteln und anderen Zuckeralkoholen
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Säfte sind nicht empfehlenswert
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Leichte Vollkost, Vegetarische Kost, Laktosearme Kost*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.5. Kartoffel-Reis-Diät (KRD)

### Indikation:

Allergiediagnostik

### Prinzipien:

- Ausschließlicher Einsatz von Kartoffeln und Reis, Salz und Zucker

### Hinweise:

- als Getränk nur Mineralwasser geeignet
- nicht nährstoffdeckend, daher nicht als Dauerkost geeignet
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.6. Milcheiweißfreie Kost (o. Milch-EW)

### Indikation:

Allergische Reaktion auf Milcheiweiß

### Prinzipien:

- Ausschluss von milcheiweißhaltigen Lebensmitteln und Speisen
- deckt den Energiebedarf (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- kalziumreiches Mineralwasser zur Deckung des Kalziumbedarfs empfehlenswert
- nicht indiziert bei Laktoseintoleranz
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Glutenfreie Kost*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.7. Kost ohne Sellerie, Karotte und Tomate (SKT)

### Indikation:

Allergische Reaktion auf Sellerie, Karotte und/oder Tomate

### Prinzipien:

- Ausschluss von Karotte, Tomate, Sellerie
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- Keine Verwendung von Karotte, Tomate, Sellerie bzw. Lebensmittel, die Bestandteile davon enthalten (z.B. Brühe, Farbstoff)
- weitgehender Verzicht auf industriell hergestellte Lebensmittel
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Kost ohne Soja, Kost ohne Farb- und Konservierungsstoffe*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.8. Sojafreie Kost

### Indikation:

Allergische Reaktion auf Soja

### Prinzipien:

- Ausschluss von Soja
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- Keine Verwendung von Soja und daraus hergestellten Produkten
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Kost ohne Sellerie, Karotte, Tomate, Kost ohne Farb- und Konservierungsstoffe*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.9. Farb- und Konservierungsstofffreie Kost

### Indikation:

Unverträglichkeit auf Farb- und Konservierungsstoffe

### Prinzipien:

- Ausschluss von Farb- und Konservierungsstoffen
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- Keine Verwendung von Lebensmitteln mit Farb- und Konservierungsstoffen
- weitgehender Verzicht auf industriell hergestellte Lebensmittel
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Kost ohne Soja, Kost ohne Sellerie, Karotte, Tomate*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.10. Histaminarme Kost (Histamin)

### Indikation:

Histaminintoleranz

### Prinzipien:

- Ausschluss von histaminreichen Lebensmitteln und Speisen
- Ausschluss von Lebensmitteln mit hohem Gehalt an biogenen Aminen
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- kein Einsatz von Alkohol
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch*

# 7. Kostformen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## 7.11. Glutamatfreie Kost (o. Glutamat)

### Indikation:

Unverträglichkeit gegenüber Glutamat

### Prinzipien:

- Ausschluss von industriell gefertigtem, zugesetztem Glutamat
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

### Hinweise:

- Produkte auf Hefebasis werden verwendet
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch*

## 8. Sonderkostformen

### 8.1. Keimreduzierte Kost (Keimred)

#### Indikation:

Immunsuppression

#### Prinzipien:

- Umsetzung der KRINKO-Empfehlung von 2021
- Ausschluss von besonders keimreichen Lebensmitteln
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Schweinefleisch, Kost ohne Fisch, Weiche Kost, Diabeteskost, Wunschkost*

## 8. Sonderkostformen

### 8.2. Fettfreie Kost (Fettfrei)

#### Indikation:

Chylothorax

#### Prinzipien:

- praktisch fettfrei: max. 6g Fett / Tag

#### Hinweise:

- zur Deckung des Energie- und Fettbedarfs kann, nach Rücksprache mit den Diätassistenten, MCT-Fett eingesetzt werden
- ist die Kost über einen längeren Zeitraum indiziert, ist eine Supplementierung von Mikronährstoffen empfehlenswert
- auf den Fettgehalt von Getränken ist zu achten (keine Kaffeesahne)
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Kost ohne Fisch, Leichte Vollkost*

## 8. Sonderkostformen

### 8.3. Tyraminarme Kost (Tyramin)

#### Indikation:

Therapie mit MAO – Hemmern

#### Prinzipien:

- Ausschluss von tyraminreichen Lebensmitteln
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 8. Sonderkostformen

### 8.4. Jodarme Kost (Jodarm)

#### Indikation:

Erkrankungen der Schilddrüse

#### Prinzipien:

- Ausschluss von jodreichen Lebensmitteln und jodiertem Speisesalz sowie daraus hergestellte Produkten
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 8. Sonderkostformen

### 8.5. Säurearme – milde Kost (säure)

#### Indikation:

Säureempfindlichkeit nach Eingriffen im Mund-Rachenraum

Verletzungen der Mundschleimhaut nach Bestrahlung

#### Prinzipien:

- Ausschluss von säurereichen und stark würzigen Lebensmitteln und Speisen
- Speisen werden mild abgeschmeckt
- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)

#### Hinweise:

- nur in Kombination** mit Breikost, Pürierter Kost oder Weicher Kost bestellbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt

## 8. Sonderkostformen

### 8.6. Gestationsdiabetes (Gestation)

#### Indikation:

Gestationsdiabetes

#### Prinzipien:

- deckt den Energiebedarf und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen (abhängig von der individuellen Zusammenstellung der Kost)
- Einschränkung schnell resorbierbarer Kohlenhydrate (max. 10% der Gesamtenergie in Form von Saccharose)
- Verzicht auf Rohwurst
- entspricht den Empfehlungen einer ausgewogenen Ernährung

#### Hinweise:

- nur in Kombination** mit Diabeteskost bestellbar
- ein separater Speiseplan ist im Mitarbeiterportal abrufbar
- zusätzliche Alternativen werden im Menübestellsystem angezeigt

## 8. Sonderkostformen

### 8.7. Sonderkost (SK)

#### Indikation:

Unverträglichkeiten, Allergien und individuelle Ernährungsweisen, die nicht über die bestehenden Kostformen bestellt werden können

#### Prinzipien:

- nach individuellen Vorgaben / Erfordernissen des Patienten
- die Zusammenstellung der einzelnen Mahlzeiten erfolgt durch die Diätassistenten

#### Hinweise:

- nur nach Rücksprache mit den Diätassistenten**
- keine Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kostformen

## 8. Sonderkostformen

### 8.8. Wunschkost (WK)

#### Indikation:

Ausgeprägte Inappetenz

Schwerwiegende Erkrankungen

#### Prinzipien:

- diätetische Indikationen werden berücksichtigt
- der Patient hat eine größere Speisenauswahl
- nur nach ärztlicher Anordnung bestellbar

#### Hinweise:

- eine kostenpflichtige Anmeldung der Wunschkost-Patienten erfolgt über Soarian/Meona
- der Patient erhält einen individuellen Speiseplan mit erweitertem Angebot
- ist der Patient telefonisch erreichbar, erfolgt eine persönliche Betreuung durch die Diätassistenten
- alternativ können die Wünsche in die Küche gefaxt werden (39007)
- Kombination mit folgenden Kostformen ist möglich:  
*Keimreduzierte Kost*

## 9. Anhang

### 9.1. BE-Verteilung

Ist eine Berechnung der Kohlenhydrate notwendig, können über die Funktion „Zubereitungsform“ im Menübestellsystem - in Kombination mit der Kostform „Diabetes“ - folgende BE-Schemata hinterlegt werden:

	<b>1. Frühstück</b>	<b>2. Frühstück</b>	<b>Mittagessen*</b>	<b>Zwischenmahlzeit</b>	<b>Abendessen</b>	<b>Spätmahlzeit</b>
<b>16 BE</b>	4 BE	1 BE	4 BE	1 BE	4 BE	1 BE
<b>18 BE</b>	4 BE	1 BE	4 BE	1 BE	6 BE	1 BE
<b>20 BE</b>	6 BE	1 BE	4 BE	1 BE	6 BE	1 BE

\* Mittagessen: 3 BE Beilage und 1 BE Dessert

## 9. Anhang

### 9.2. Kontaktdaten

#### Betriebsleiter der Speisenversorgung - Herr Wust

**Telefon:** 09131 / 85 – 46630  
**Email:** helmut.wust@uk-erlangen.de

#### Fragen zur Essenbestellung - Küchenhotline

**Ansprechpartner:** Team der Diätassistenten  
**Telefon:** 09131 / 85 – 39058  
**Fax:** 09131 / 85 – 39007

#### Fragen zum Stationsbedarf - Lager

**Ansprechpartner:** Herr Seeberger  
**Telefon:** 09131 / 85 – 39054  
**Email:** wilhelm.hieronymus-seeberger@uk-erlangen.de

#### Anmeldung zur Ernährungstherapeutischen Beratung

**Ansprechpartner:** Herr Hetterich  
**Telefon:** 09131 / 85 – 39057  
**Email:** urban.hetterich@uk-erlangen.de