

Wtorek 02.07 .2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|---|-------------------|
| Śniadanie: Bułka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , pomidorem i ogórkiem, dżem, herbata z cytryną. | |
| Bułka kajzerka | 70 g- 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g- 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Szynka drobiowa | 60g – 3 plasterki |
| Pomidor | 80g |
| Ogórek świeży | 80g |
| Dżem | 30g- 1 szt |
| Herbata bez cukru | 250ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z sosem mięsno-pomidorowym, kompot. | |
| Włoszczyzna- (marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Susz z buraka-1/10 | 1/10g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 300g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Makaron | 120g |
| Łopatka bez kości | 150 |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Olej rzepakowy | 5ml |

| | |
|-----------------|-----|
| Bazylija | 1g |
| Oregano | 1g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---|--------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 3 kromki-90g |
| Masło extra | 10g |
| Sałata mix | 15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Pomidor | 100g |
| Zioła (przyprawy) | 1g |
| Herbata bez cukru | 250ml |
| Cytryna | 10g |
| Kolacja II _Bułka maślana | |
| Bułka maślana | 70g-1 szt |

| | |
|---|--|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2228 kcal |
| Białko | 104.09g |
| Tłuszcz | 64g (tym nasycone 21.5g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 233.9g (w tym cukry50.64g- 10%wart.en) |
| Błonnik | 25.22g |
| Sól | 3.62g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|--|-------------------|
| Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , pomidorem , dżem, herbata z cytryną. | |
| Bułka kajzerka | 70g – 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g – 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Szynka drobiowa | 60g – 3 plasterki |
| Pomidor bez skórki | 80g |
| Dżem | 30g- 1 szt |
| Herbata bez cukru | 250ml |
| Cytryna | 10g |
| Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z sosem mięsno-pomidorowym, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , pietruszka , seler) | Po 30g |
| Susz z buraka | 1/10g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 300g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Natka pietruszki-5 | 5g |
| Makaron | 120g |
| Łopatką bez kości | 150g |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Bazylią | 1g |

| | |
|---|--------------|
| Oregano | 1g |
| Jabłko (kompot) | 50g |
| Podwieczorek: Jogurt owocowy , chrupki. | |
| Jogurt owocowy | 150g |
| Chrupki | 10g |
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g-3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata mix | 15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Zioła(przyprawy) | 1g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|----------------------------------|-------------|
| Kolacja II Bułka maślana. | |
| Bułka maślana | 70g – 1 szt |

| | |
|---|---|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2376 kcal |
| Białko | 120.23g |
| Tłuszcz | 64.22g (tym nasycone 24.76g-11% wart.en) |
| Węglowodany ogółem | 323.51g (w tym cukry 31.51g-11%wart.en) |
| Błonnik | 24.66 g |
| Sól | 4.32 g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| | |
|--|------------------|
| Śniadanie: Bułka grahamka, pieczywo graham z szynką drobiową pomidorem i ogórkiem, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 60g- 2 kromki |
| Bułka grahamka | 70g – 1 szt |
| Masło ekstra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Szynka drobiowa | 60g- 3 plasterki |
| Pomidor | 80g |
| Ogórek świeży | 80g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z sosem mięsno-pomidorowym, kompot. | |
| Włoszczyzna- (marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Susz z buraka-1/10 | 1/10g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 300g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Makaron | 120g |
| Łopatka bez kości | 150g |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Olej rzepakowy | 5ml |

| | |
|----------------|-----|
| Bazyliia | 1g |
| Oregano | 1g |
| Jabłko(kompot) | 50g |

| | |
|--|------|
| Podwieczorek: _Jogurt naturalny , jabłko. | |
| Jogurt naturalny | 150g |
| Jabłko | 180g |

| | |
|--|--------------|
| Kolacja: _Pieczywo graham z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90g-3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata mix | 15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Pomidor | 100g |
| Zioła(przyprawy) | 1g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|--|-----|
| Kolacja II – Sałatka ze świeżych warzyw z serem feta i ziołami. | |
| Kapusta pekińska | 20g |
| Pomidor koktajlowy | 50g |
| Ogórek świeży | 50g |
| Cebula czerwona | 5g |
| Kukurydza konserwowa | 5g |
| Ser feta | 20g |

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|---|
| Wartość energetyczna | 2223 kcal |
| Białko | 121.79g |
| Tłuszcz | 66.22g (tym nasycone 23.17g-10% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 339.73g (w tym cukry 47.85g-11%wart.en) |
| Błonnik | 40.98g |
| Sól | 4.26 g |

| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
|-------------------------------|---|
| Dzieci w wieku (lata): | Dieta |
| Dieta 1-3 | Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i stoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej. |
| 4-9 | Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji. |
| 10-18 | Diety jak dla pacjentów dorosłych. |
| | |

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.

6. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zalecanej dla danego Pacjenta diety.

7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

8. Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.