

Poniedziałek 08.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola biała	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	75 g -3 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z herbatnikami.	
Jogurt owocowy	1 sztuka
Herbatniki	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2465 kcal
Białko	123 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 29 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	346 g (w tym cukry 46 g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	5,9 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Miód	30 g – 1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i sałatą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Sałata	listki
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: Budyń	

budyń	5 g
mleko	200 ml

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	50 g -2 plastry
Serek do smarowania	30 g – 1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z herbatnikami.	
Jogurt owocowy	1 sztuka
Herbatniki	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2419 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 33 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	334 g (w tym cukry 58 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	5,27 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola biała	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczerek: Budyń.	

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	75g -3 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z gruszką	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2360 kcal
Białko	130 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 30g- 11%)
Węglowodany ogółem	325 g (w tym cukry 53g- 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	6 g

4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – $\frac{3}{4}$ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie podstawowej.