

Wtorek 09.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Twaróg w pergaminie	60 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Papryka czerwona, ogórek, sałata	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Bruszelka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z sałatką jarzynowa, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Marchew, pietruszka, seler, groszek, ogórek konserwowy	Po 30 g
Jajko	1 sztuka
Majonez jogurt,	5 g
Sałata	
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2309 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 25g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	323 g (w tym cukry 43g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	3,06 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Twaróg w pergaminie	60 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Bruszelka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml

Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	10 g
Jogurt naturalny	150 g

Kolacja: Pieczywo z sałatką jarzynowa, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Marchew, pietruszka, seler, groszek	Po 30 g
Jajko	1 sztuka
Herbata z cytryną.	
Majonez jogurt	5 g
sałata	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2400 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 27g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	333 g (w tym cukry 56 g- 9% wart. En)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3,31 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Twaróg w pergaminie	90 g
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
sałata	
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	10 g
Jogurt naturalny	150 g

Kolacja: Pieczywo z sałatką jarzynowa, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Marchew, pietruszka, seler, groszek, ogórek konserwowy	Po 30 g
Jajko	1 sztuka
Majonez jogurt	5 g

sałata	
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2266 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 27g – 11%)
Węglowodany ogółem	294 g (w tym cukry 57g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37g
Sól	2,62 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 wymagania diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

8. Zdjęcia posiłków:



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



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Podwieczerek w diecie łatwostrawnej.