

Piątek 09.02.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Śniadanie :Bułka maślana, pieczywo pszenno-żytnie z serkiem kremowym, dżemem i ogórkiem, kakao. | |
| Bułka maślana | 70g-1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g-2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 3 szt-80g |
| Dżem | 1 szt-30g |
| Ogórek świeży | 100g |
| Mleko 2 % | 250 ml |
| Kakao proszek | 5g |

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Obiad : Zupa brokułowa z makaronem , ziemniaki , ryba duszona po grecku, surówka z kiszanej kapusty , kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Brokuł | 50g |
| Makaron | 30g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Sól | 1g |
| Pieprz | 1g |
| Pietruszka natka | 5g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |
| Włoszczyzna | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 10g |

| | |
|-----------------|------|
| Kapusta kiszona | 150g |
| Jabłko | 30g |
| Marchew | 30g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Cebula | 5g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Kolacja: Pieczywo z pasztetem_z warzyw i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ogórek kiszony | 100g |
| Soczewica | 30g |
| Marchew | 30g |
| Pietruszka | 30g |
| Seler | 20g |
| Kasza manna | 10g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |
| Kolacja II- Jogurt naturalny. | |
| Jogurt naturalny | 150g – 1 szt |

| | |
|-------------------------------------------------|-----------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2413 kcal |
| Białko | 101.4g |

| | |
|--------------------|----------------------------------------|
| Tłuszcz | 78g (tym nasycone 20.96g-10% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 354g (w tym cukry70g-12%wart.en) |
| Błonnik | 40g |
| Sól | 4.31g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Śniadanie :Bułka maślana, pieczywo z serkiem kremowym, dżemem i pomidorem, kakao. | |
| Bułka maślana | 70g-1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g-2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 3 szt-80g |
| Dżem | 1 szt-30g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Mleko 2 % | 250ml |
| Kakao proszek | 5g |
| Obiad :Zupa brokułowa z makaronem , ziemniaki , ryba duszona po grecku, gotowana jarzyna , kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Brokuł | 50g |
| Makaron | 30g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Sól | 1g |
| Pieprz | 1g |
| Pietruszka natka | 5g |
| Ziemniaki | 400g |

| | |
|-----------------------|------|
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |
| Włoszczyzna | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 10g |
| Marchew | 80g |
| Pietruszka | 40g |
| Seler | 30g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|-------------------------------------------------|------------|
| Podwieczorek: Herbatniki , tarte jabłko. | |
| Herbatniki | 5szt |
| Jabłko tarte | 180g-1 szt |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Kolacja: Pieczywo z pasztetem z warzyw i pomidorem, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Soczewica | 30g |
| Marchew | 30g |
| Pietruszka | 30g |
| Seler | 20g |
| Kasza manna | 10g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Herbata bez cukru | 250 ml |

| | |
|--------------------------------------|--------------|
| Cytryna | 10g |
| Kolacja II- Jogurt naturalny. | |
| Jogurt naturalny | 150 g– 1 szt |

| | |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2512 kcal |
| Białko | 101g |
| Tłuszcz | 84g (tym nasycone 35g-12% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 388g (w tym cukry87g-12%wart.en) |
| Błonnik | 38g |
| Sól | 3.69g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Śniadanie :Bułka grahamka, pieczywo graham z serkiem kremowym, serem żółtym i ogórkiem, herbata z cytryną. | |
| Bułka graham | 70g-1 szt |
| Chleb graham | 60g-2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 3 szt-80g |
| Ser żółty | 40g- 2 plastry |
| Ogórek świeży | 100g |
| Herbata bez cukru | 250ml |
| Cytryna | 10g |
| Obiad : Zupa brokułowa z makaronem, ziemniaki , ryba duszona po grecku, surówka z kiszanej kapusty , kompot. | |

| | |
|--------------------------------------------|--------|
| Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Brokuł | 50g |
| Makaron | 30g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Sól | 1g |
| Pieprz | 1g |
| Pietruszka natka | 5g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |
| Włoszczyzna | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 10g |
| Kapusta kiszona | 150g |
| Jabłko | 30g |
| Marchew | 30g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Cebula | 5g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---------------------------------------------|--------------|
| Podwieczorek: _ Gruszka 180 – 1 szt. | |
| Gruszka | 180g – 1 szt |

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Kolacja: _Pieczywo graham z pasztetem_z warzyw i ogórkiem kiszonym , herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90 g– 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ogórek kiszony | 100g |

| | |
|-------------------|--------|
| Soczewica | 30g |
| Marchew | 30g |
| Pietruszka | 30g |
| Seler | 20g |
| Kasza manna | 10g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|----------------------------------------------|-------------|
| Kolacja II –Jogurt naturalny, jabłko. | |
| Jogurt naturalny | 150g- 1 szt |
| Jabłko | 180g- 1 szt |

| | |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2475kcal |
| Białko | 102g |
| Tłuszcz | 81g (tym nasycone 37g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 358g (w tym cukry 69g-11%wart.en) |
| Błonnik | 45g |
| Sól | 5g |

| | |
|-------------------------------|-------|
| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
| Dzieci w wieku (lata): | Dieta |

| | |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 – 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 łatwostrawnej.



Zdjęcie3. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. Obiad w diecie podstawowej.