

**Wtorek 09.07.2024**

**1. DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z dżemem, miodem, serkiem śmietankowym, grejpfrut, kakao.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło ekstra	10g
Dżem	2szt-60g
Miód	1szt-30g
Kremowy serek śmietankowy	2szt-60g
Grejpfrut	½szt-80g
Mleko 2%	250ml
Kakao	5g

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem zacierką, ziemniaki z duszonym filetem w sosie koperkowym, marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron zacierka	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g

Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Groszek	5g
Jabłko (kompot)	50g

**Kolacja:** Pieczywo graham z serem mozzarella, pomidorami i bazylią, herbata z cytryną.

Chleb graham	90g – kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Pomidor	100g
Bazylią	1g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

**Kolacja II** Kisiel z jabłkami.

Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2244 kcal
Białko	102.33g
Tłuszcz	73.86g ( tym nasycone 20.96g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	307.1g ( w tym cukry56.15g- 10%wart.en)
Błonnik	32.28g
Sól	3.92g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z dżemem, miodem, serkiem śmietankowym, kakao.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Dżem	2szt-60g
Miód	1 szt-30g
Kremowy serek śmietankowy	2 szt-60g
Mleko 2 %	250 ml
Kakao proszek	5g

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem zacierką, ziemniaki z duszonym filetem w sosie koperkowym, marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron zacierka	30g
Mąka pszenna	10g

Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Groszek	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy-150g-1 szt	
Jogurt owocowy	150g – 1 szt

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella, pomidorami i bazylią ,herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – kromki
Masło ekstra	10g

Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Pomidor bez skórki	100g
Bazylia	1g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> Kisiel z jabłkami.	
Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2387 kcal
Białko	109,51g
Tłuszcz	73.96g ( tym nasycone 20.98g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	332.95g ( w tym cukry48.55g-10%wart.en)
Błonnik	30g
Sól	3.95g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie</b> :Pieczywo graham z szynką gotowaną, serkiem śmietankowym i ogórkiem, papryka, kakao.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Szynka gotowana	60g- 3 plasterki

Kremowy serek śmietankowy	2 szt-60g
Ogórek świeży	100g
Papryka czerwona	50g
Sałata zielona	3 liście-15g
Mleko 2 %	250 ml
Kakao proszek	5g

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem zacierką , ziemniaki z duszonym filetem w sosie koperkowym, marchewka z jabłkiem, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron zacierka	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Koper	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g

Marchew	150g
Jabłko	50g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny-150g-1 szt , gruszka 180 – 1 szt	
Jogurt owocowy	150g – 1 szt
Gruszka	180g- 1 szt

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham z serem mozzarella, pomidorami i bazylią, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Pomidor	100g
Bazyli	1g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> Kisiel z jabłkami.	
Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2177kcal
Białko	118.68g
Tłuszcz	66.17g ( tym nasycone 17.41g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	296.29g ( w tym cukry 73.6g-11%wart.en)
Błonnik	41.76g
Sól	5g

<b>4. DIETY DLA PEDIATRII</b>	
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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. Podwieczerek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.

