

PONIEDZIAŁEK 1.01.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa	3 plastry – 60 g
Pomidor/ ogórek	100 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz z łopatki z kaszą jęczmienną i białą kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Pietruszka	5 g
Żurek w proszku	-
Ziemniaki	300 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej	10 ml
Łopatka	150 g
cebula	30 g
Biała kapusta z marchewką i przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser	60 g
Pomidor	70 g
Ogórek konserwowy	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z biszkoptami (20 g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2221 kcal
Białko	114g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	294 g (w tym cukry 56 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	2,76 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa	3 plastry – 60 g
Pomidor	100 g

Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz wołowy z kaszą jęczmienną i sałata, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Pietruszka	5 g
Żurek w proszku	-
Ziemniaki	300 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej	10 ml
Mięso wołowe	150 g
cebula	30 g
Sałata z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkami.

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser	60 g
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z biszkoptami (20 g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2186 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 52 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	2,68 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa	3 plastry – 60 g
Pomidor/ ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz wołowy z kaszą jęczmienną i białą kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g

Pietruszka	5 g
Żurek w proszku	-
Ziemniaki	300 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej	10 ml
Mięso wołowe	150 g
cebula	30 g
Biała kapusta z marchewką i przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, herbata.

Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser	60 g
Pomidor	70 g
Ogórek konserwowy	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z owocem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2029 kcal
Białko	96 g
Tłuszcz	68 g (w tym nasycone 28 g – 12%)
Węglowodany ogółem	275 g (w tym cukry 40 g - 7% wart. en)

Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3,87 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.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną 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.