

Data: ŚRODA 1.11.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, filet z kurczaka pieczony (w piecu konwekcyjno-parowym) z sosem pieczarkowym z kaszą jęczmienną i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Susz buraczany	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Pieczarki	70 g
Śmietana 18%	10 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z waflami	
Jogurt owocowy	150g-1 szt
wafle ryżowe.	5 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2280 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	77,4 g (w tym nasycone 29 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	308 g (w tym cukry 49 g- 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Salata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, filet z kurczaka pieczony (w piecu konwekcyjno-parowym)z kaszą jęczmienną i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Susz buraczany	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z waflami	
Jogurt owocowy	150g-1 szt
wafle ryżowe.	5 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2400 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	322 g (w tym cukry 61 g)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6,25 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, filet z kurczaka pieczony (w piecu konwekcyjno-parowym)z sosem pieczarkowym z kaszą jęczmienną i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Susz buraczany	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Pieczarki	70 g
Śmietana 18%	10 g

Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Salata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt z owocem	
Jogurt naturalny	150g-1 szt
jabłko	1 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2232 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	80g (w tym nasycone 30 g)
Węglowodany ogółem	284 g (w tym cukry 42 g)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	5,52 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.