

Data: PIĄTEK 10.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z omletem i dodatkami, kakao.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mleko, mąka	Do konsystencji ok. 20 ml i 10 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	80 g
Sałata	Listki
Pomidor	70 g
Kakao z mlekiem.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, ryba duszona z ziemniakami i surówką z kiszzonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	20 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba miruna	120 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Czerwona kapusta z olejem i przyprawami.	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ser twarogowy (pergamin)	100 g
Papryka, ogórek	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczywo graham z serem żółtym.	
Pieczywo graham	30 g – 1 kromka
Masło	5 g
Ser żółty	25 g - 1 plaster
Ogórek świeży	40 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2376 kcal
Białko	96 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 33,6 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	347 g (w tym cukry 52,2g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	5,69 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z omletem i dodatkami, kakao.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mleko, mąka	Do konsystencji ok. 20 ml i 10 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Salata	Listki
Pomidor	70 g
Kakao z mlekiem.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, ryba duszona z ziemniakami i jabłko pieczone, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	20 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba miruna	120 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Jabłko pieczone	1 sztuka
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Sałatka z ryżu z zielenią.	
Ryż	30 g
Kukurydza konserwowa, pomidor	Po 20 g
Jogurt naturalny, majonez	5 g
Pietruszka, koperek	-

Kolacja: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ser twarogowy (pergamin)	100 g
Papryka, ogórek	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczywo graham z serkiem śmietanowym.	
Pieczywo graham	30 g – 1 kromka
Masło	5 g
Serek do smarowania, sałata	30 g – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2308 kcal
Białko	89 g
Tłuszcz	75 g
Węglowodany ogółem	338 g
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z omletem i dodatkami, kakao.	
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mleko, mąka	Do konsystencji ok. 20 ml i 10 g
Ser topiony	50 g
Papryka	80 g
Sałata	Listki
Pomidor	70 g
Kakao z mlekiem.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, ryba duszona z ziemniakami i surówką z kiszzonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	20 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Ryba miruna	120 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Czerwona kapusta z olejem i przyprawami.	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Sałatka z ryżu z zielenią.	
Ryż	30 g
Kukurydza konserwowa, Fasola czerwona	Po 20 g
Jogurt naturalny, majonez	5 g
Pietruszka, koperek	-

Kolacja: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Ser twarogowy (pergamin)	100 g
Papryka, ogórek	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczywo graham z serem żółtym.	
Pieczywo graham	30 g – 1 kromka
Masło	5 g
Ser żółty	25 g - 1 plaster
Ogórek świeży	40 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2330 kcal
Białko	98g
Tłuszcz	86g
Węglowodany ogółem	319 g
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,7 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.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.