

PONIEDZIAŁEK 11.12.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Ogórek, papryka	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami, Filet z kurczaka w sosie śmietanowym z cukinią, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ryż	70 g
Cukinia	50 g
Cebula, śmietana	15 g
Sałata z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z gruszką.

Serek homogenizowany	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2188 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 30,46 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 65 g- 12 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3,02 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g – 1 sztuka
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Pomidor	Po 100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ziemniaczana, Filet z kurczaka w sosie śmietanowym z cukinią, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ryż	70 g
Cukinia	50 g
Cebula, śmietana	15 g
Sałata z jogurtem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek	
Maślanka	1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z tartym jabłkiem.	
Serek homogenizowany	1 sztuka
Tarte jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2395 kcal
Białko	127 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	3,03 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Ogórek, papryka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami, Filet z kurczaka w sosie śmietanowym z cukinią, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ryż	70 g
Cukinia	50 g
Cebula, śmietana	15 g
Sałata z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek	
Jabłko	1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z gruszką.	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 29 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 50 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g

Sól	3,13 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 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



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



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie łatwostrawnej.