

Czwartek 11.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	2 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2282 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 25 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	327 g (w tym cukry 59 g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,14 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Wafel andrut z dżemem.

Dżem	50g
Wafle	2 sztuki

Kolacja: Pieczywo z omletem, pomidor, sałata herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	2 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, banan – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2347 kcal
Białko	112 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 26g- 10%)
Węglowodany ogółem	361g (w tym cukry 78 g- 13%)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	4,18 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowana i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Jaja	2 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2219 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 25 g-10%)
Węglowodany ogółem	313 g (w tym cukry 64g- 11%)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	4,19 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.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



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



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie podstawowej.