

Niedziela 11.02.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|--|------------------|
| Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem, polędwica sopocka, pomidor, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Salata zielona | 3 liście-15g |
| Twaróg | 60g |
| Polędwica sopocka | 40g- 2 plasterki |
| Pomidor | 100g |
| Rzodkiewka | 10g |
| Szczypiorek | 5g |
| Jogurt naturalny | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem, ziemniaki, kotlety pożarskie(pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z kapusty pekińskiej, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , pietruszka , seler) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Kurczak | 20g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z kurczaka | 150g |
| Jajka | 50g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Mąka pszenna | 10g |

| | |
|------------------|------|
| Bułka tarta | 10g |
| Kapusta pekińska | 150g |
| Ogórek świeży | 30g |
| Majonez | 10g |
| Jabłko(kompot) | 50g |

| | |
|---|-------------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser żółty | 70g – 3 plasterki |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Ogórek kiszony | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|------------------------|--------|
| Kolacja II - Maślanka. | |
| Maślanka | 250 ml |

| | |
|---|--|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2256kcal |
| Białko | 127.25g |
| Tłuszcz | 86.97g (tym nasycone 28.08g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 252.23g (w tym cukry 17.49g- 10%wart.en) |
| Błonnik | 31g |
| Sól | 5g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|---|------------------|
| Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z twarogiem i szczypiorkiem, polędwica sopocka, pomidor, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Twaróg | 60g |
| Polędwica sopocka | 40g- 2 plasterki |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Szczypiorek | 5g |
| Jogurt naturalny | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|--|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem, ziemniaki , kotlety pożarskie(pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),marchewka gotowana, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , pietruszka , seler) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Kurczak | 20g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z kurczaka | 150g |
| Jajka | 50g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Mąka pszenna | 10g |
| Bułka tarta | 10g |

| | |
|----------------|------|
| Marchew | 150g |
| Jabłko(kompot) | 50g |

| | |
|--|-----|
| Podwieczorek: _Kisiel z jabłkiem. | |
| Jabłko | 50g |
| Kisiel proszek | 10g |

| | |
|--|-------------------|
| Kolacja: _Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, kremowym serem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90 g– 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser żółty | 70 g– 3 plasterki |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|-------------------------------|--------|
| Kolacja II - Maślanka. | |
| Maślanka | 250 ml |

| | |
|---|---|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2272 kcal |
| Białko | 126.63g |
| Tłuszcz | 79.32g (tym nasycone 23.53g-10% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 276.43g (w tym cukry 36.08g-10%wart.en) |

| | |
|---------|--------|
| Błonnik | 25.52g |
| Sól | 4.46g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| | |
|--|------------------|
| Śniadanie: Pieczywo graham z twarogiem z rzodkiewką i szczypiorkiem, polędwica sopocka, pomidor, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Salata zielona | 3 liście-15g |
| Twaróg | 60g |
| Polędwica sopocka | 40g- 2 plasterki |
| Pomidor | 100g |
| Rzodkiewka | 10g |
| Szczypiorek | 5g |
| Jogurt naturalny | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem, ziemniaki, kotlety pożarskie(pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z kapusty pekińskiej, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew , pietruszka , seler) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Kurczak | 20g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z kurczaka | 150g |
| Jajka | 50g |

| | |
|------------------|------|
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Mąka pszenna | 10g |
| Bułka tarta | 10g |
| Kapusta pekińska | 150g |
| Ogórek świeży | 30g |
| Majonez | 10g |
| Jabłko(kompot) | 50g |

| | |
|---|-------------------|
| Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem. | |
| Jabłko | 50g |
| Kisiel proszek | 10g |
| Kolacja: Pieczywo graham z serem żółtym, kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90 g– 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Salata zielona | 3 liście-15g |
| Ser żółty | 70g – 3 plasterki |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Ogórek kiszony | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|--|------|
| Kolacja II: Sałatka z pomidorów z serem feta i ziołami. | |
| Pomidor | 100g |
| Ser feta | 30g |
| Bazyli | 1g |
| Oregano | 1g |

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|---|
| Wartość energetyczna | 2294kcal |
| Białko | 127.54g |
| Tłuszcz | 92.03g (tym nasycone 23.33g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 254.92g (w tym cukry 33.41g-10%wart.en) |
| Błonnik | 32.28g |
| Sól | 4.09g |

| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
|-------------------------------|---|
| Dzieci w wieku (lata): | Dieta |
| 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 – ¾ 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:

