

Data: SOBOTA 11.11.2023 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Ser żółty	25 g – 1 plaster
Sałata	Listki
Ogórek konserwowy, papryka	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa, filet drobiowy w sosie pomidorowym z duszoną cukinią i ryżem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Filet z kurczaka	100
Koncentrat pomidorowy	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia	100 g
Ryż biały	70 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem kremowym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona, ogórek kiszony	70 g
Dżem	30 g – 1 sztuka
Serek śmietankowy	60 g – 2 sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt z muesli	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Muesli	15 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2162 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	71 g (w tym nasycone 37 g- 15 % wart. en)
Węglowodany ogółem	302 g (w tym cukry 44 g- 8% wart. en )
Błonnik pokarmowy	28,3 g
Sól	5,69 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka
Sałata	Listki
Jabłko	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa, filet drobiowy w sosie pomidorowym z duszoną cukinią i ryżem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Filet z kurczaka	100
Koncentrat pomidorowy	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia	100 g
Ryż biały	70 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Koktajl z bananem	
Banan	60 g
Kefir	100 ml
Mleko	100 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem kremowym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	-
Dżem	30 g – 1 sztuka
Serek śmietankowy	60 g – 2 sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt z muesli	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Muesli	15 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2310 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	68 g
Węglowodany ogółem	348 g
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,11 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami.	
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Ser żółty	25 g – 1 plaster
Sałata	Listki
Ogórek konserwowy, papryka	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa, filet drobiowy w sosie pomidorowym z duszoną cukinią i ryżem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Filet z kurczaka	100
Koncentrat pomidorowy	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia	100 g
Ryż biały	70 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczerek:</b> Koktajl z bananem	
Banan	60 g
Kefir	100 ml
Mleko	100 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem kremowym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	-
Dżem	30 g – 1 sztuka

Serek śmietankowy	60 g – 2 sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt z muesli	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Muesli	15 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną 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.