

ŚRODA 13.12.2023r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serem żółtym, miodem i dodatkami oraz herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromka
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	50 g – 2 plastry
Sałata zielona	listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Papryka czerwona	70 g
Ogórek świeży	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa fasolowa z makaronem, schab pieczony w ziołach z kapustą czerwoną i ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Makaron	30 g
Fasola	30 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Zioła bazylia, oregano, rozmaryn	-
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłka na kompot	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	3 plastry - 60 g
Pomidor	50 g
Ogórek konserwowy	50 g
Sałata zielona	listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Kisiel z jabłkami.	
Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2233 kcal
Białko	101 g
Tłuszcz	70 g ( w tym nasycone 27 g- 11 %)
Węglowodany ogółem	309 g ( w tym cukry 44 g- 8%)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,70 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serem żółtym, miodem i dodatkami oraz herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g –2 kromki
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	50 g – 2 plastry
Sałata zielona	listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem, schab pieczony w ziołach z ziemniakami i sałata z jogurtem naturalnym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Makaron	30 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Zioła bazylija, oregano, rozmaryn	-
Jogurt naturalny	20 g
Sałata	-

Jabłka na kompot	50 g
------------------	------

**Podwieczerek:** Jogurt owocowy.

**Kolacja:** Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	3 plastry - 60 g
Pomidor	100 g
Sałata zielona	listki
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Kisiel z jabłkami.

Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:**

Wartość energetyczna	2154 kcal
Białko	96 g
Tłuszcz	71 g ( w tym nasycone 28 g-12 % )
Węglowodany ogółem	286 g ( w tym cukry 41 g – 8%)
Błonnik pokarmowy	28 g
Sól	3,32 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

**Śniadanie:** Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.

Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	75 g – 3 plastry
Sałata zielona	listki
Papryka czerwona	70 g
Ogórek świeży	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa fasolowa z makaronem, schab pieczony w ziołach z kapustą czerwoną i ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Fasola	30 g
Makaron	30 g
Schab	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Zioła bazylia, oregano, rozmaryn	-
Kapusta czerwona z przyprawami	-
Jabłka na kompot	50 g

**Podwieczorek:** Jogurt naturalny.

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.	
Chleb graham	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	3 plastry - 60 g
Pomidor	50 g
Ogórek konserwowy	50 g
Sałata zielona	listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Kisiel z jabłkami.	
Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2331 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	78 g ( w tym nasycone 31 g – 12%)
Węglowodany ogółem	303 g ( w tym cukry 51 g- 8%)
Błonnik pokarmowy	4,64 g

Sól	5,22 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 łatwostrawnej.



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



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie podstawowej.