

NIEDZIELA 14.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

| | |
|--|------------------|
| Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90 g – 3 kromki |
| Masło extra | 10 g |
| Mozzarella | 60 g |
| Szynka drobiowa | 2 plastry – 40 g |
| Sałata | Listki |
| Pomidor, papryka | Po 50 g |
| Herbata z cytryną. | |

| | |
|---|---------|
| Obiad: Rosół z makaronem, schab w sosie własnym z ziemniakami i marchewką z groszkiem. | |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30 g |
| Makaron | 30 g |
| Kurczak | - |
| Sól | 1 g |
| | |
| Schab | 150 g |
| Śmietana 18% | 15 g |
| Ziemniaki | 400 g |
| Olej rzepakowy | 10 ml |
| Marchew, groszek, masło, mąka | 150 g |
| Jabłko (kompot) | 50 g |

| | |
|---|----------------|
| Kolacja: Pieczywo z pastą jajeczno-twarogową, herbata. | |
| Chleb pszenno-żytni | 3 kromki -90 g |
| Masło extra | 10 g |
| Ser twarogowy | 60 g |
| Jaja | 1 sztuka |
| Ogórek, pomidor | Po 50 g |
| Szczypiorek | - |
| Słonecznik | Do posypania. |
| Herbata z cytryną. | |

II Kolacja: Jogurt owocowy i wafle ryżowe (3 sztuki).

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych: | |
|--|--|
| Wartość energetyczna | 2151 kcal |
| Białko | 110 g |
| Tłuszcz | 73 g (w tym nasycone 32 g- 13% wart. en) |
| Węglowodany ogółem | 269 g (w tym cukry 28 g- 5% wart. en) |
| Błonnik pokarmowy | 36 g |
| Sól | 2,62 g |

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

| Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami. | |
|--|------------------|
| Chleb pszenno-żytni | 90 g – 3 kromki |
| Masło extra | 10 g |
| Mozzarella | 60 g |
| Szynka drobiowa | 2 plastry – 40 g |
| Sałata | Listki |
| Pomidor | 100 g |
| Herbata z cytryną. | |

| Obiad: Rosół z makaronem, schab w sosie własnym z ziemniakami i marchewką z groszkiem. | |
|---|---------|
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30 g |
| Makaron | 30 g |
| Kurczak | - |
| Sól | 1 g |
| | |
| Schab | 150 g |
| Śmietana 18% | 15 g |
| Ziemniaki | 400 g |
| Olej rzepakowy | 10 ml |
| Marchew, groszek, masło, mąka | 150 g |
| Jabłko (kompot) | 50 g |

| |
|--|
| Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem. Proszek 10 g, jabłko 100 g |
|--|

| | |
|---|----------------|
| Kolacja: Pieczywo z pastą jajeczno-twarogową, herbata. | |
| Chleb pszenno-żytni | 3 kromki -90 g |
| Masło extra | 10 g |
| Ser twarogowy | 60 g |
| Jaja | 1 sztuka |
| Pomidor | Po 50 g |
| Herbata z cytryną. | |

II Kolacja: Jogurt owocowy i wafle ryżowe (3 szt.)

| | |
|--|----------------------------------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych: | |
| Wartość energetyczna | 2206 kcal |
| Białko | 110 g |
| Tłuszcz | 73 g (w tym tł. nas. 32 g – 13%) |
| Węglowodany ogółem | 283 g (w tym cukry 33 g -6%) |
| Błonnik pokarmowy | 37 g |
| Sól | 2,64 g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

| | |
|--|------------------|
| Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami. | |
| Chleb graham | 90 g – 3 kromki |
| Masło extra | 10 g |
| Mozzarella | 60 g |
| Szynka drobiowa | 2 plastry – 40 g |
| Sałata | Listki |
| Pomidor, papryka | Po 50 g |
| Herbata z cytryną. | |

| | |
|---|---------|
| Obiad: Rosół z makaronem, schab w sosie własnym z ziemniakami i marchewką z groszkiem. | |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30 g |
| Makaron | 30 g |
| Kurczak | - |
| Sól | 1 g |
| | |
| Schab | 150 g |

| | |
|-------------------------------|-------|
| Śmietana 18% | 15 g |
| Ziemniaki | 400 g |
| Olej rzepakowy | 10 ml |
| Marchew, groszek, masło, mąka | 150 g |
| Jabłko (kompot) | 50 g |

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem.

| | |
|---|----------------|
| Kolacja: Pieczywo z pastą jajeczno-twarogową, herbata. | |
| Chleb pszenno-żytni | 3 kromki -90 g |
| Masło extra | 10 g |
| Ser twarogowy | 60 g |
| Jaja | 1 sztuka |
| Ogórek, pomidor | Po 50 g |
| Szczypiorek | - |
| Słonecznik | Do posypania. |
| Herbata z cytryną. | |

II Kolacja: Jogurt naturalny.

| | |
|--|---------------------------------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych: | |
| Wartość energetyczna | 2081 kcal |
| Białko | 108 g |
| Tłuszcz | 72 g (w tym tł. nas 32 g – 14%) |
| Węglowodany ogółem | 255 g (w tym cukry 39 g – 7%) |
| Błonnik pokarmowy | 36 g |
| Sól | 2,69 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 osobę wyznaczoną 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.