

Data: 14.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, miodem i dodatkami herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z brukselką i makaronem, gotowane leczo z kurczaka z ryżem, surówka z kapusty pekińskiej, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g
Cebula	30 g
Ryż	70 g
Papryka	70 ml
Koncentrat pomidorowy, olej	Po 10 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, jogurt	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem śmietankowym, dżemem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ogórek konserwowy	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania	60 g – 2 sztuki
Dżem	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem.	
Pomidor, ogórek	30 g
Kukurydza, groszek	10 g
Makaron	30 g
Ser feta, olej rzepakowy	20 g, 5 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2048kcal
Białko	82 g
Tłuszcz	63 g (w tym nasycone 28 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 44 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	5,5 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką krucha z fileta, dżemem i dodatkami herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Jabłko pieczone	1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z brukselką a makaronem, kurczak w sosie pomidorowym, ryż, gotowana marchewka, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g
Cebula	30 g
Olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy	Po 10 ml
Ryż	70 g
Marchew	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jabłko pod kruszonką	
Jabłko	200 g
Masło, mąka, jajka, ksylitol	30 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem śmietankowym, dżem, dodatki, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania	60 g- 2 sztuki
Dżem	30 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem.	
Pomidor, ogórek	30 g
Kukurydza, groszek	10 g
Makaron	30 g
Ser feta, olej rzepakowy	20 g, 5 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2081 kcal
Białko	87 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 19,5 g)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 70 g)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	2,6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Ogórek, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z brukselką i makaronem, gotowane leczo z kurczaka z ryżem, surówka z kapusty pekińskiej, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	100 g

Cebula	30 g
Ryż	70 g
Papryka	70 ml
Koncentrat pomidorowy, olej	Po 10 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, jogurt	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jabłko

Kolacja: Pieczywo z serkiem śmietankowym, dżemem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ogórek konserwowy	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania	60 g – 2 sztuki
Dżem	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem.	
Pomidor, ogórek	30 g
Kukurydza, groszek	10 g
Makaron	30 g
Ser feta, olej rzepakowy	20 g, 5 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2089 kcal
Białko	91 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 24 g)
Węglowodany ogółem	278 g (w tym cukry 52 g)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,3 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.

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. Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.