

Poniedziałek 15.01.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Bułka kajzerka , pieczywo pszenno-żytnie z sałatą zieloną, jajkiem w sosie jogurtowo-koperkowym z rzodkiewką, herbata z cytryną	
Bułka kajzerka	70g - 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g- 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3liście
Jajko na twardo	1szt -50g
Rzodkiewka	80g
Jogurt naturalny	50g
Koper	5g
Pieprz	1
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron ze szpinakiem, kompot	
Włoszczyzna- (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Susz z buraka	1/10g
Sól	1g
Ziemniaki	300g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Makaron	100g
Szpinak	150g
Ser feta	20g

Olej rzepakowy	5ml
Jabłko (kompot)	50g

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z szynką wieprzową gotowaną, serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki-90g
Masło extra	10g
Sałata zielona	3liście
Ser topiony	50g
Szynka gotowana	70g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	70g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g
Kolacja II Serek homogenizowany	
Serek homogenizowany	150g-1 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2171 kcal
Białko	101,16g
Tłuszcz	69.45g (tym nasycone 21.5g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	296.52g (w tym cukry50.64g- 10%wart.en)
Błonnik	33g
Sól	4g

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Bułka kajzerka , chleb pszenno-żytni z sałatą zieloną, jajkiem w sosie jogurtowo-koperkowym z pomidorem, herbata z cytryną	
Bułka kajzerka	70g – 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g- 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Jajko na twardo	50-1 szt
Pomidor	100g
Jogurt naturalny	30g
Koper	5g
Pieprz	1
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron ze szpinakiem, kompot	
Włoszczyzna (marchew , pietruszka , seler)	Po 30g
Susz z buraka	1/10g
Sól	1g
Ziemniaki	300g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5
Makaron	100
Szpinak	150
Ser feta	20

Jabłko (kompot)	50
Podwieczorek: _Budyń	
Mleko 2%	200
Budyń proszek	10
Kolacja: _Pieczywo pszenno-żytnie z szynką wieprzową gotowaną, serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną	
Chleb pszenno-żytni	90-3 kromki
Masło extra	10
Sałata zielona	3 liście
Ser topiony	50
Szynka gotowana	70
Pomidor	100
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10

Kolacja II _Serek homogenizowany	
Serek homogenizowany	150 – 1 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2302 kcal
Białko	107.04g
Tłuszcz	73.41g (tym nasycone 22.76g-11% wart.en)
Węglowodany ogółem	313.49g (w tym cukry 54.51g-11%wart.en)
Błonnik	33.4 g
Sól	4.09 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Bułka graham , pieczywo graham z sałatą zieloną, jajkiem w sosie jogurtowo-koperkowym z rzodkiewką, herbata z cytryną	
Chleb graham	60g-2 kromki
Bułka grahamka	70g – 1 szt
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajko na twardo	50- 1 szt
Rzodkiewka	80
Jogurt naturalny	30
Koper	5
Pieprz	1
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron ze szpinakiem, kompot	
Włoszczyzna(marchew , pietruszka , seler)	Po 30
Susz z buraka	1/10
Sól	1
Ziemniaki	300
Mąka pszenna	10
Śmietana 18%	10
Natka pietruszki	5

Makaron	100
Szpinak	150
Ser feta	20
Olej rzepakowy	5
Jabłko (kompot)	50

Podwieczorek: <i>Budyń</i>	
Mleko 2%	200
Budyń proszek	10

Kolacja: <i>Pieczywo graham z szynką wieprzową gotowaną, serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną</i>	
Chleb graham	90- 3 kromki
Masło extra	10
Sałata zielona	3 liście
Ser topiony	50
Szynka gotowana	70
Pomidor	100
Ogórek świeży	70
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10

Kolacja II – Jogurt naturalny, jabłko	
Jogurt naturalny	150 – 1 szt
Jabłko	180 – 1 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2382 kcal
Białko	102.47g
Tłuszcz	72.31g (tym nasycone 22.17g-10% wart.en)
Węglowodany ogółem	351.1g (w tym cukry 70.71g-12%wart.en)
Błonnik	44.9g
Sól	4.05 g

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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej, łatwostrawnej