

**Sobota 15.06.2024**

**1.DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Bułka maślana, pieczywo pszenno-żytnie z sałatą zieloną, serem topionym, szynką gotowaną i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Bułka maślana	60g-1szt
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Szynka gotowana	70g
Ser topiony	20g
Pomidor	80g
Ogórek świeży	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad :</b> Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, bitki schabowe w sosie pieczarkowym , sałata zielona z ogórkiem w sosie jogurtowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g
Ryż	30g

Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Koncentrat pomidorowy	10g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Smietana12%	10g
Pieczarki	50g
Sałata zielona	20g
Ogórek	30g
Jogurt naturalny	10g
Jabłko	30g
Jablka (kompot)	50g

<b>Kolacja :</b> Pieczywo pszenno-żytnie ,pieczeń rzymska, ogórek kiszony, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Ogórek kiszony	100g
Schab b/k	60g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Kukurydza konserwowa	5g
Olej rzepakowy	5ml
Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> Ryż z jabłkami.	
Ryż	60g
Jabłka	80g
Ksylitol	5g
Cynamon	3g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2337 kcal
Białko	113g
Tłuszcz	67g ( tym nasycone 22.87g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	322g ( w tym cukry 33.31g-11%wart.en)
Błonnik	26.41g
Sól	5.1g

## **1. DIETA ŁATWOSTRAWNA**

<b>Śniadanie :</b> Pieczywo pszenno-żytnie , bułka maślana z serkiem topionym , szynką gotowaną i pomidorem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60g – 3 kromki
Bułka maślana	60g-1 szt
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Ser topiony	20g
Szynka gotowana	70g
Pomidor bez skórki	100g

Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> :Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki , bitki schabowe w sosie pietruszkowym, sałata zielona w sosie jogurtowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, pietruszka , seler)	Po 30g
Ryż	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Koncentrat pomidorowy	20g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Pietruszka natka	10g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Sałata zielona	20g

Jogurt naturalny	10g
Jabłko	30g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Galaretka jogurtowa.	
Jogurt naturalny	150g
Galaretka proszek	10g

<b>Kolacja :</b> Pieczywo pszenno-żytnie , pieczeń rzymska , pomidor , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Pomidor bez skórki	100g
Schab b/k	60g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Olej rzepakowy	5ml
Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml

Cytryna	10g
---------	-----

<b>Kolacja II Ryż z jabłkami.</b>	
Ryż	60g
Jabłka	80g
Ksylitol	5g
Cynamon	3g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2370 kcal
Białko	120g
Tłuszcz	61.97g ( tym nasycone 20.71g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	322g ( w tym cukry 36.23g- 11%wart.en)
Błonnik	27.42g
Sól	4.9 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Bułka graham, pieczywo graham z sałatą zieloną, serkiem topionym, szynką gotowaną i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Bułka graham	60g-1szt
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Szynka gotowana	70g
Ser topiony	20g
Pomidor	80g
Ogórek świeży	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad :</b> Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, bitki schabowe w sosie pieczarkowym , sałata zielona z ogórkiem w sosie jogurtowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g



Ryż	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Koncentrat pomidorowy	10g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Smietana12%	10g
Pieczarki	50g
Sałata zielona	20g
Ogórek	30g
Jogurt naturalny	10g
Jabłko	30g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Galaretka jogurtowa.	
Jogurt naturalny	150g
Galaretka proszek	10g

<b>Kolacja :</b> Pieczywo graham , pieczeń rzymska, ogórek kiszony, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Schab b/k	60g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Kukurydza konserwowa	5g
Ogórek kiszony	100g
Olej rzepakowy	5ml
Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> Kefir , jabłko.	
Kefir	200ml
Jabłko	180g-1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2250 kcal
Białko	122g
Tłuszcz	65.13g ( tym nasycone 24.54g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	312g ( w tym cukry 40.58g- 11%wart.en)
Błonnik	36.72g
Sól	5.01 g

<b>4. DIETY DLA PEDIATRII</b>	
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 – $\frac{3}{4}$ 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.



