

Data: Środa 15.11.2023 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, kajzerka, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Krupnik z kaszą jęczmienną, schab w sosie ziołowym, ziemniaki i czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab wieprzowy	100 g
Cebula	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana 18%	10 g
Bazylija, oregano, majeranek	-
Czerwona kapusta z dodatkami.	150 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z omletem z warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mąka	10 g
Mleko	50 ml
Olej rzepakowy	5 ml
Masło extra	10 g
Pieczarki, papryka, pomidor	Po 20 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> jabłko, chrupki kukurydziane	
Jabłko	150 g
Chrupki kukurydziane	30 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2396kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 24 g- 9 % wart. en)
Węglowodany ogółem	363 g (w tym cukry 55 g- 9 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	42 g
Sól	3,36 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, kajzerka, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Krupnik z kaszą jęczmienną, schab w sosie ziołowym, ziemniaki i sałatą z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab wieprzowy	100 g
Cebula	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana 18%	10 g
Bazylia, oregano, majeranek	-
Sałata z jogurtem i koperkiem.	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Koktajl bananowy	
Banan	60 g
Mleko, kefir	Po 100 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z omletem z warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mąka	10 g
Mleko	50 ml
Olej rzepakowy	5 ml
Masło extra	10 g
Pomidor	50 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jabłko, chrupki kukurydziane	
Jabłko	150 g
Chrupki kukurydziane	30 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2555 kcal
Białko	101 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 27 g- 9% wart. en)
Węglowodany ogółem	329 g (w tym cukry 76 g- 12 % wart. En )
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3,57 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, grahamka, kawa zbożowa.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Jabłko	1 sztuka
Ogórek	100 g
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Krupnik z kaszą jęczmienną, schab w sosie ziołowym, ziemniaki i czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab wieprzowy	100 g
Cebula	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana 18%	10 g
Bazylija, oregano, majeranek	-
Czerwona kapusta z dodatkami.	150 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

Podwieczorek: Koktajl bananowy	
Banan	60 g
Mleko, kefir	Po 100 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z omletem z warzywami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Mąka	10 g
Mleko	50 ml
Olej rzepakowy	5 ml
Masło extra	10 g
Pieczarki, papryka, pomidor	Po 20 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kanapka z masłem, wędliną i sałatą	
Chleb graham	30 g
Masło extra	5 g
Szynka drobiowa	20 g
Sałata	listki

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2462 kcal
Białko	101g

Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 27 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	350 g (w tym cukry 60 g- 10 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	45g
Sól	2,88 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. 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 podstawowej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.





Zdjęcie 4. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.