

PIĄTEK 15.12.2023R.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem, dżemem i dodatkami, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki- 90 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Kakao z mlekiem.	-

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno--parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml

Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Paszтет warzywny z soczewicą i dodatkami, herbata.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	5 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Jogurt	1 sztuka
Jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2413 kcal
Białko	89 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 35 g- 13 % wart. en)

Węglowodany ogółem	354 g (w tym cukry 70 g- 12 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,31 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	50 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Herbatniki	
Herbatniki	50 g

Kolacja: Paszтет warzywny z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2612 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	84 g (w tym nasycone 35 g- 12%)
Węglowodany ogółem	388 g (w tym cukry 87 g – 13%)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,69 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Ser żółty	1 plaster
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g

Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka – 1 sztuka 130g.

Kolacja: Paszтет warzywny z dodatkami, herbata.

Chleb graham	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml

Herbata z cytryną.	
--------------------	--

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2475 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 37 g- 13 %)
Węglowodany ogółem	358 g (w tym cukry 69 g- 11%)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	5 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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 łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej i z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.