

Data: Piątek 17.11.2023 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z mozzarellą, dżem, bułka kajzerka, pomidor, herbata z cytryną	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser mozzarella	60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety rybne w sosie koperkowym z ziemniakami i kiszoną kapustą.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól,	1 g
Przecier pomidorowy	20 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z mintaja	120 g
Jajko, bułka do namoczenia, mąka, olej rzepakowy	Po 10 g
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo, jajko w sosie jogurtowym, ser żółty, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	50 g – 2 plastry
Salata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Jaja	1 sztuka
Jogurt, pietruszka, majonez	50 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Serek homogenizowany – 1 sztuka, grejpfrut ½ sztuki.	
<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2241 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 37g- 15 % wart. en)
Węglowodany ogółem	280 g (w tym cukry 57 g- 10 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	3,56 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z mozzarellą, dżem, bułka kajzerka, pomidor, herbata z cytryną	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka

Masło extra	10 g
Ser mozzarella	60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

**Obiad:** Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety rybne w sosie koperkowym z ziemniakami i sałatą zieloną.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Przecier pomidorowy	20 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z mintaja	120 g
Jajko, bułka do namoczenia, mąka, olej rzepakowy	Po 10 g
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Sałata, jogurt	-
Jabłko (kompot)	50 g

**Podwieczorek:** Kisiel z jabłkami – porcja.

**Kolacja:** Pieczywo, jajko w sosie jogurtowym, ser żółty, herbata.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g

Ser żółty	50 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Jaja	1 sztuka
Jogurt, pietruszka, majonez	50 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Serek homogenizowany – 1 sztuka, banan.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2264 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 37 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	309 g (w tym cukry 78 g- 14% wart. En )
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	3,56 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z mozzarellą, bułka grahamka, pomidor, herbata z cytryną	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser mozzarella	90 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety rybne w sosie koperkowym z ziemniakami i kiszoną kapustą.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól,	1 g
Przecier pomidorowy	20 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z mintaja	120 g
Jajko, bułka do namoczenia, mąka, olej rzepakowy	Po 10 g
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkami – porcja.	
--	--

<b>Kolacja:</b> Pieczywo, jajko w sosie jogurtowym, ser żółty, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	50 g – 2 plastry
Salata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Jaja	1 sztuka
Jogurt, pietruszka, majonez	50 g

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

**II Kolacja:** jogurt naturalny – 1 sztuka, gruszka – 1 sztuka,

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2225 kcal
Białko	103g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 39 g- 15 % wart. en)
Węglowodany ogółem	285 g (w tym cukry 47 g- 8 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,38 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.

- 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.
- 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz diecie podstawowej