

Data: Sobota 18.11.2023 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem śmietankowym do smarowania, dżem, bułka maślana, papryka, ogórek, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	60 g - 2 sztuki
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek, papryka	100 g
Kakao z mlekiem	1g, 200 ml r.

<b>Obiad:</b> Zupa kapuśniak z ziemniakami, sos mięsny z wołowiny z kaszą gryczaną i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Kapusta kiszona	50 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowina	100 g
Cebula, marchew, koncentrat pomidorowy	10,50,10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo, sałatka jarzynowa, szynka drobiowa, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
Ogórek konserwowy, kukurydza, groszek	Po 10 g
Jogurt, pietruszka, majonez	10 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Pieczona owsianka z jabłkiem.	
Jabłko	150 g
Ksylitol, cynamon	10 g

Płatki owsiane	50 g
Mleko	150 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2466 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 34 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	364 g (w tym cukry 75 g- 12 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,13g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem śmietankowym do smarowania, dżem, bułka maślana, pomidor, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	60 g - 2 sztuki
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Kakao z mlekiem	1g, 200 ml r.

<b>Obiad:</b> Zupa ziemniaczana, sos mięsny z wołowiny z kaszą gryczaną i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowina	100 g
Cebula, marchew, koncentrat pomidorowy	10,50,10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczerek:</b> Jogurt owocowy – 1 sztuka, chrupki – 30 g	
--	--

<b>Kolacja:</b> Pieczywo, sałatka jarzynowa, szynka drobiowa, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
kukurydza, groszek	Po 10 g
Jogurt, pietruszka, majonez	10 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Pieczona owsianka z jabłkiem.	
Jabłko	150 g
Ksylitol, cynamon	10 g
Płatki owsiane	50 g
Mleko	150 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2667 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 36 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	400 g (w tym cukry 81 g- 12 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,23g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem śmietankowym do smarowania, bułka grahamka, papryka, ogórek, kakao z mlekiem.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	90 g - 3 sztuki
Ogórek, papryka	100 g
Kakao z mlekiem	1g, 200 ml r.

<b>Obiad:</b> Zupa kapuśniak z ziemniakami, sos mięsny z wołowiny z kaszą gryczaną i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g

Kapusta kiszona	50 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowina	100 g
Cebula, marchew, koncentrat pomidorowy	10,50,10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Śmietana 18%, koper	10 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo, sałatka jarzynowa, szynka drobiowa, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
Ogórek konserwowy, kukurydza, groszek	Po 10 g
Jogurt, pietruszka, majonez	10 g
Herbata z cytryną.	

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny – 1 sztuka, jabłko – 1 sztuka.	
--	--

<b>II Kolacja:</b> Pieczona owsianka z jabłkiem.	
Jabłko	150 g
Ksylitol, cynamon	10 g
Płatki owsiane	50 g
Mleko	150 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2631 kcal
Białko	101 g
Tłuszcz	82 g (w tym nasycone 36 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	390 g (w tym cukry 60 g- 9% wart. en )
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3,38g

#### 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 osobę wyznaczoną 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.
- Zdjęcia posiłków: