

Poniedziałek 18.12.2023r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Szynka wieprzowa gotowana.	60 g – 3 plastry
Miód	30 g – 1 op.
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Koncentrat	20 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso z fileta drobiowego	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 40 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	75 g -3 plastry
Papryka	50 g
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Jogurt owocowy z herbatnikami.

Jogurt owocowy	1 sztuka
Herbatniki	50 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	98 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 26 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	305 g (w tym cukry 52 g- 10 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	5,07 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką wieprz. got. i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Miód	30 g – 1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i sałatą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Koncentrat	20 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet drobiowy	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 40 g
Śmietana 18%	15g
Sałata z jogurtem.	listki
Jabłko (kompot)	50 g
<b>Podwieczorek:</b> Budyń kakaowy	

budyń	5 g
Kakao, mleko	200 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	25 g -1 plaster
Serek do smarowania	60 g – 2 sztuki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt owocowy z herbatnikami.	
Jogurt owocowy	1 sztuka
Herbatniki	50 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2103 kcal
Białko	95 g
Tłuszcz	62g (w tym nasycone 33 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 30 g- 5 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5,26 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 70 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat	20 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet drobiowy	150 g
Marchew, groszek zielony	Po 40 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
<b>Podwieczorek: Budyń kakaowy.</b>	

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	75g -3 plastry
Papryka	50 g
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt naturalny z gruszką	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2225 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	63,5g (w tym nasycone 29 g)
Węglowodany ogółem	321 g (w tym cukry 83 g- 15 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	41 g
Sól	5,34 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.
- 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



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