

Data: Niedziela 19.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serem topionym, ogórek konserwowy, rzodkiewka, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka z fileta z kurczaka	60 g – 3 plastry
Serek topiony	50 g
Ogórek konserwowy, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną	-

Obiad: Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, gotowana kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kapusta biała z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo, pasta twarogowa z ziołami i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g

Ser twarogowy	120 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, bazylija, oregano	100g
Jogurt, pietruszka	20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami i cynamonem.	
Jabłko	150 g
Ksylitol, cynamon	10 g
Ryż	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2101 kcal
Białko	99 g
Tłuszcz	68 g (w tym nasycone 28 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	280 g (w tym cukry 41 g- 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	3,88g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serem topionym, pomidor, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka z fileta z kurczaka	60 g – 3 plastry

Serek topiony	50 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną	-

Obiad: Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, sałata z jogurtem, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Sałata zielona z jogurtem i koperkiem	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku.

Kolacja: Pieczywo, pasta twarogowa z ziołami i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, bazylija, oregano	100g
Jogurt, pietruszka	20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami i cynamonem.	
Jabłko	150 g
Ksylitol, cynamon	10 g
Ryż	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2221 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 31 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 54 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serem topionym, ogórek konserwowy, rzodkiewka, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka z fileta z kurczaka	60 g – 3 plastry
Serek topiony	50 g
Ogórek konserwowy, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną	-

Obiad: Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, gotowana kapusta, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kapusta biała z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń.

Kolacja: Pieczywo, pasta twarogowa z ziołami i pomidorem, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, bazylija, oregano	100g
Jogurt, pietruszka	20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 sztuka, jabłko.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2139 kcal
Białko	109 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 28 g- 12 % wart.

	en)
Węglowodany ogółem	263 g (w tym cukry 50 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	4, 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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną 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: