

Wtorek 19.12.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Twaróg w pergaminie	60 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Papryka czerwona, ogórek, sałata	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowanym brokułem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Brokuł	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Papryka	20 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2134 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 24 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 38g- 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	4 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Twaróg w pergaminie	60 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany brokuł, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Bruszelka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml

Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Brokuł	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g
Bitą śmietana w sprayu	5 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2192 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 25g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	305 g (w tym cukry 42g- 7% wart. En)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4,17 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Twaróg w pergaminie	90 g
Szynka drobiowa	40 g – 2 plastry
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
sałata	
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa z brukselką, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany brokuł, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brukselka	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	150 g
Jaja	25 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Brokuł	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Papryka	20 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2192 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 25g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	305 g (w tym cukry 42g- 7% wart. En)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4,17 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.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka 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 zaleconej 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie podstawowej.