

Data: CZWARTEK 2.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Jajko na twardo z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jajko na twardo	1 sztuka
Szynka drobiowa	1 plaster
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Grejpfrut	½ sztuki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, gulasz wołowy z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Płatki owsiane	50 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Rodzynki	10 g
Cynamon	1 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2342 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	72,5 g (w tym nasycone 24 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	347 g (w tym cukry 64- 11% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,29 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Jajko na twardo z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jajko na twardo	1 sztuka
Szynka drobiowa	1 plaster
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, gulasz wołowy z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem – porcja.

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

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkiem.	
Płatki owsiane	50 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Cynamon	1 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2363 kcal
Białko	93 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 24 g)
Węglowodany ogółem	352 g (w tym cukry 68 g)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3,3 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Jajko na twardo z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jajko na twardo	1 sztuka
Szynka drobiowa	2 plastry
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, gulasz wołowy z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem – porcja.

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

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Płatki owsiane	50 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Rodzyunki	10 g
Cynamon	1 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2342 kcal
Białko	96 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 24 g)
Węglowodany ogółem	341 g (w tym cukry 58 g)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	3,3 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.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej i z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Obiad w diecie podstawowej, łatwostrawnej oraz z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.