

Data: PONIEDZIAŁEK 20.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Ogórek, papryka	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami, makaron z mięsem mielonym z łopatki wieprzowej (gotowanym) w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka	100 g
Marchew (może być w sosie albo surówka)	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z gruszką.	
Serek homogenizowany	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2302 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 31,72 g- 12 % wart.

	en)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 57 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	24 g
Sól	3,45 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g – 1 sztuka
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Pomidor	Po 100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ziemniaczana, makaron z mięsem mielonym (gotowanym) z łopatki wieprzowej w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka wieprzowa	100 g
Marchew (może być w sosie)	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek	
Maślanka	1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany z tartym jabłkiem.	
Serek homogenizowany	1 sztuka
Tarte jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2448 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	83 g (w tym nasycone 31,72 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 57 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	24 g
Sól	3,45 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Jaja na twardo	50 g
Szynka wieprzowa gotowana	2 plastry - 40 g
Ogórek, papryka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami, makaron z mięsem mielonym (gotowanym) z łopatki wieprzowej w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka wieprzowa	100 g
Marchew	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek	
Jabłko	1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, pomidor, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z gruszką.	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2242 kcal
Białko	98 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 29,8 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	28g
Sól	3,55 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.

1. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
2. 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.
3. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
4. Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Obiad w diecie podstawowej



Zdjęcie 2. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej