

ŚRODA 20.12.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchew	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką, serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	40 g – 2 plastry
Serek do smarowania	2 sztuka
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	

Herbata z cytryną.	
--------------------	--

II Kolacja: Sałatka z makaronem i pomidorem.	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2611 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	99 g (w tym nasycone 40g- 14% wart. en)
Węglowodany ogółem	325 g (w tym cukry 35 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	7 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewka gotowana, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler,	Po 30 g

pietruszką)	
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowym	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: wafle ryżowe i banan	
Wafle ryżowe	3 szt.
Banan	1 szt.

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką, serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	40 g – 2 plastry
Serek do smarowania	2 sztuka
Pomidor	100 g
Sałata	
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2780kcal

Białko	116 g
Tłuszcz	100 g (w tym nasycone 40g-13%)
Węglowodany ogółem	361g (w tym cukry 45g-6%)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	7 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Ogórek	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchew	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka 1 sztuka	
---------------------------------------	--

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką, serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	40 g – 2 plastry
Serek do smarowania	2 sztuki
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2425 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	96 g (w tym nasycone 40 g- 14%)
Węglowodany ogółem	290 g (w tym cukry 40g- 6%)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	6,25 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 podstawowej.



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



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej.