

CZWARTEK 21.12.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Czerwona kapusta	150 g
Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	Ok. 1,5 sztuki.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2066 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	55 g (w tym nasycone 21 g- 9% wart. en)
Węglowodany ogółem	294 g (w tym cukry 64 g- 12% wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,81 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, sałata z sosem jogurtowym z koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Sałata,	-
Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

Podwieczorek: Wafel andrut z dżemem.	
Dżem niskosłodzony	30 g
Wafle	2 sztuki

Kolacja: Pieczywo z omletem, pomidor, sałata herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	1,5 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, banan – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2156 kcal
Białko	103 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 22 g-9%)
Węglowodany ogółem	315 g (w tym cukry 77 g-14%)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	3,83 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Czerwona kapusta	150 g
Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	1,5 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g

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

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2101 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	55 g (w tym nasycone 22 g- 9%)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 65 g- 12%)
Błonnik pokarmowy	44 g
Sól	4,04 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. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie podstawowej.