

DZIEŃ 3 22.11.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym, miodem i dodatkami oraz herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromka
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	50 g – 2 plastry
Sałata zielona	listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Papryka czerwona	70 g
Ogórek świeży	100 g
Gruszka	130 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z dyni, schab pieczony w ziołach z sałatą z jogurtem i ogórkiem i ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Grzanki	20 g
Dynia	150 g
Schab	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Zioła bazylia, oregano, rozmaryn	-
Sałata z ogórkiem i jogurtem	150 g
Jabłka na kompot	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	6 plastry - 60 g
Pomidor	50 g
Ogórek konserwowy	50 g
Sałata zielona	listki

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

II Kolacja: Kisiel z jabłkami.	
Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2110 kcal
Białko	87 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 23 g 9 %)
Węglowodany ogółem	315 g (w tym cukry 68 g- 13%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5,56 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym, miodem i dodatkami oraz herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	50 g – 2 plastry
Salata zielona	listki
Miód	30 g – 1 sztuka
Pomidor	70 g
Banan	60 g – pół sztuki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z dyni, schab pieczony w ziołach z ziemniakami i sałata z jogurtem naturalnym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Grzanki	20 g
Dynia	150 g
Schab	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g

Zioła bazylija, oregano, rozmaryn	-
Jogurt naturalny	20 g
Sałata	-
Jabłka na kompot	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa.	
Galaretka	5 g proszku
Jogurt	100 g

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Szynka drobiowa	2 plastry - 40 g
Pomidor	100 g
Sałata zielona	listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kisiel z jabłkami.	
Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2172 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 24 g-10 %)
Węglowodany ogółem	332 g (w tym cukry 73 g – 13%)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	5,72 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser żółty gouda	50 g – 2 plastry

Sałata zielona	listki
Papryka czerwona	70 g
Ogórek świeży	100 g
Gruszka	130 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z dyni, schab pieczony w ziołach z sałatą z jogurtem i ogórkiem i ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	15 g
Natka pietruszki	5 g
Sól	1 g
Grzanki	20 g
Dynia	150 g
Schab	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Zioła bazylia, oregano, rozmaryn	-
Sałata z ogórkiem i jogurtem	-
Jabłka na kompot	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa.	
Galaretka	5 g proszku
Jogurt	100 g

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami.	
Chleb graham	3 kromki - 90g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	3 plastry - 60 g
Pomidor	100 g
Sałata zielona	listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kisiel z jabłkami.	
Jabłko	1 sztuka
Kisiel bez cukru	5 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2086 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 24 g – 10%)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 60 g-11%)
Błonnik pokarmowy	31,7 g
Sól	5,22 g

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.

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. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.