

DZIEŃ 4 Czwartek 23.11.2023r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja: Sałatka z kaszą jęczmienną i warzywami</b>	
kasza jęczmienna	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2345 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 29 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	310 g (w tym cukry 49 g- 8% wart.en )
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.</b>	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.</b>	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona, pomidor	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Sałatka z kaszą jęczmienną i warzywami	
kasza jęczmienna	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Sałata	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2645 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	85 g (w tym nasycone 32 g- 11%)
Węglowodany ogółem	322 g (w tym cukry 61 g- 9%)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,9 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja: Sałatka z kaszą jęczmienną i warzywami</b>	
kasza jęczmienna	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2251 kcal
Białko	107 g
Tłuszcz	83g (w tym nasycone 30 g- 12%)
Węglowodany ogółem	279 g (w tym cukry 43 g -7%)
Błonnik pokarmowy	23 g
Sól	4,21 g

## **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.

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 podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



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

