

WTOREK 26.12.2023 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło	10 g
Polędwica	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Rzodkiewka, ogórek konserwowy	Po 70 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Pomidorowa z ryżem, udko pieczone z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Koncentrat	20 g
Udło	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew z groszkiem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z jajkiem w sosie, szynka krucha z fileta, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	100 g
Masło	10 g
Pomidor, ogórek	Po 100 g
Jajko na twardo, jogurt, majonez	1 sztuka
Szynka	60 g- 3 plastry
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Maślanka.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	1977 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 21 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	327 g (w tym cukry 50 g- 10% wart. en )
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	3,56 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło	10 g
Polędwica	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki

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

<b>Obiad:</b> Pomidorowa z ryżem, udko pieczone z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryz	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Koncentrat	20 g
Udko	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew z groszkiem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
<b>Podwieczorek:</b> kisiel	

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z jajkiem w sosie, szynka krucha z fileta, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	100 g
Masło	10 g
Pomidor	Po 100 g
Jajko na twardo, jogurt, majonez, koper	1 sztuka
Szynka	60 g- 3 plastry
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Maślanka.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2014 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 21 g- 9 % wart. en)
Węglowodany ogółem	270 g (w tym cukry 55 g- 11% wart. en )
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	3,58 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	100 g – 3 kromki
Masło	10 g
Polędwica	60 g – 3 plastry
Rzodkiewka, ogórek konserwowy	Po 70 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Pomidorowa z ryżem, udko pieczone z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Koncentrat	20 g
Udko	1 sztuka
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew z groszkiem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

**Kolacja:** Pieczywo z jajkiem w sosie, szynka krucha z fileta, herbata.

Chleb graham	100 g
Masło	10 g
Pomidor, ogórek	Po 100 g
Jajko na twardo, jogurt, majonez	1 sztuka
Szynka	60 g- 3 plastry
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Jogurt naturalny.

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:**

Wartość energetyczna	1926 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 21 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	252g (w tym cukry 42 g- 9% wart. en )
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	3,82g

#### 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.