

ŚRODA 27.12.2023r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Serek do smarowania	3 sztuki
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa ziemniaczana, makaron z serem białym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Makaron	100 g
Ser biały pergamin	120 g
Masło, ksylitol	Po 5 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry
Ser żółty	25 g – 1 plaster
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Budyń.	
Mleko	200 ml
Budyń	10 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2186 kcal
Białko	90 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 35g- 14 %

	wart. en)
Węglowodany ogółem	327 g (w tym cukry 34g- 6 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	3,84 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Serek do smarowania	3 sztuki
Pomidor	Po 50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa ziemniaczana, makaron z serem białym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Makaron	100 g
Ser biały pergamin	120 g
Masło, ksylitol	Po 5 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: jabłko	

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry
Ser żółty	25 g – 1 plaster
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Budyń.	
Mleko	200 ml

Budyń	10 g
-------	------

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2265 kcal
Białko	90 g
Tłuszcz	62g (w tym nasycone 35 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	346 g (w tym cukry 50 g- 8 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,88 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 70 g
Serek do smarowania	3 sztuki
Papryka czerwona, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa ziemniaczana, makaron z serem białym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszką)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Makaron	100 g
Ser biały pergamin	120 g
Masło, ksylitol	Po 5 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: jabłko	

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serem żółtym i szynką, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry

Ser żółty	25 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja: Budyń.</b>	
Mleko	200 ml
Budyń	10 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2152 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	60g (w tym nasycone 35 g – 15%)
Węglowodany ogółem	324 g (w tym cukry 48 g- 9% wart. en )
Błonnik pokarmowy	42 g
Sól	4,23 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka 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.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Kolacja w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie łatwostrawnej.