

CZWARTEK 28.12.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Szynka drobiowa	3 plastry – 60 g
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Koperkowa z ryżem, filet z kurczaka w sosie brokułowym, ziemniaki i kapusta czerwona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Koper	5 g
Ryż	30 g
Śmietana	10 g
Ziemniaki	400 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej	10 ml
Brokuły	50 g
Śmietana	10 g
Czerwona kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser biały mielony	120 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z serem.	
Makaron	50 g
Pomidor, groszek, kukurydza	50 g
Jogurt Nat, majonez	10 g
Mozzarella	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2279 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 28g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 36 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	36g
Sól	2,19 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Szynka drobiowa	3 plastry – 60 g
Pomidor	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Koperkowa z ryżem, filet z kurczaka w sosie brokułowym, ziemniaki i sałata zielona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Koper	5 g
Ryż	30 g
Śmietana	10 g
Ziemniaki	400 g
Filet z kurczaka	150 g
Brokuły	50 g
olej	10 ml
Śmietana	10 g
Sałata zielona z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek:	Galaretka jogurtowa
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	150 g

Kolacja: Pieczywo z pastą z twarogu, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser biały mielony	120 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z serem.	
Makaron	50 g
Pomidor, groszek	50 g
Jogurt Nat, majonez	10 g
Mozzarella	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2289 kcal
Białko	120 g
Tłuszcz	73g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 34 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	2,37 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 60 g
Szynka drobiowa	3 plastry – 60 g
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Koperkowa z ryżem, filet z kurczaka w sosie brokułowym, ziemniaki i kapusta czerwona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g

Sól	1 g
Koper	5 g
Ryż	30 g
Śmietana	10 g
Ziemniaki	400 g
Olej	10 ml
Filet z kurczaka	150 g
Brokuły	50 g
Śmietana	10 g
Czerwona kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek:	Galaretka jogurtowa
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	150 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser biały mielony	120 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z serem.	
Makaron	50 g
Pomidor, groszek, kukurydza	50 g
Jogurt Nat, majonez	10 g
Mozzarella	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2273 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	72g (w tym nasycone 30 g – 12%)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 31 g - 5% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	2,42 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 wymagania 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. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.