

Data: NIEDZIELA 29.10.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	40 g – 2 plastry
Ser topiony	50 g
Sałata	Listki
Ogórek konserwowy, papryka	Po 50 g
Miód pszczeli	30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz wieprzowy z ziemniaki i surówką z marchewki na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Wieprzowina łopatka	100 g
Śmietana 18%	15 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew, czosnek granulowany, papryka słodka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	50 g
Feta	20 g
Papryka, pomidor	50 g
Pietruszka, koper	-
Słonecznik	Do posypania.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kromka z serkiem kremowym.	
Graham	30 g – 1 kromka
Serek kremowy, ogórek	30 g – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2126 kcal

Białko	86 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 37,7 g- 16% wart. en)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 24- 4% wart. en)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	5,69 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Miód pszczeleli	30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz wieprzowy z ziemniaki i marchew duszona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Wieprzowina łopatką	100 g
Śmietana 18%	15 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew,	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem. Porcja.

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	50 g
Feta	20 g
Pomidor	50 g
Pietruszka, koper	-
Słonecznik	Do posypania.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kromka z serkiem kremowym.	
Pszemno -żytni	30 g – 1 kromka
Serek kremowy, pomidor	30 g – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2260 kcal
Białko	89 g
Tłuszcz	68 g
Węglowodany ogółem	345 g
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami.	
Chleb pszemno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	40 g – 2 plastry
Ser topiony	50 g
Sałata	Listki
Ogórek konserwowy, papryka	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz wieprzowy z ziemniaki i surówką z marchewki na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Wieprzowina łopatka	100 g
Śmietana 18%	15 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Marchew, czosnek granulowany, papryka słodka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem. Porcja.

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	50 g
Feta	20 g
Papryka, pomidor	50 g
Pietruszka, koper	-
Słonecznik	Do posypania.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kromka z serkiem kremowym.	
Graham	30 g – 1 kromka
Serek kremowy, ogórek	30 g – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2144 kcal
Białko	88 g
Tłuszcz	78 g
Węglowodany ogółem	296 g
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,7 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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.