

ŚRODA 29.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchew	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Papryka	20 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i pomidorem.	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2185 kcal
Białko	103 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 32 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 49 g- 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewka gotowana, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g

Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowym	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: wafle ryżowe i banan	
Wafle ryżowe	3 szt.
Banan	1 szt.

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2426 kcal
Białko	107 g
Tłuszcz	79 g (w tym nasycone 33g)
Węglowodany ogółem	335 g (w tym cukry 77 g)
Błonnik pokarmowy	33 g

Sól	6,25 g
-----	--------

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką kruchą z kurczaka, herbata.	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Ogórek	100 g
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka w sosie pomidorowym (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką na ostro, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Koncentrat pomidorowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchew	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka 1 sztuka	
---------------------------------------	--

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Polędwica	3 plastry – 60 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Papryka	20 g

Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Mozzarella	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g
Zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2232 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	83 g (w tym nasycone 36 g- 14%)
Węglowodany ogółem	275 g (w tym cukry 37g- 6%)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	4 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 oddziały 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.

7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
8. Zdjęcia posiłków:



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



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



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



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie podstawowej.



Zdjęcie 5. II Kolacja w diecie łatwostrawnej.