

PIĄTEK 29.12.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 60 g
Serek do smarowania	2 sztuki – 60 g
Serek topiony	50 g
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Ogórkowa z makaronem, ryba w sosie szpinakowym, kiszona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Ogórek kiszony	50 g
Makaron	30 g
Śmietana	15 g
Ziemniaki	400 g
Filet z miruny	200 g
Szpinak	50 g
Śmietana	15 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pasztetem warzywnym i dodatkami. .	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, seler, pietruszka, kasza manna, koncentrat	Po 30 g
Jaja, olej	Po 10 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż	50 g
Jabłko	150 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2273 kcal
Białko	87 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 33 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	331 g (w tym cukry 32 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4,39 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

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

Obiad: Jarzynowa z makaronem, ryba w sosie szpinakowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Ogórek kiszony	50 g
Makaron	30 g
Śmietana	15 g
Ziemniaki	400 g
Filet z miruny	200 g
Szpinak	50 g
Śmietana	15 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek:	Kisiel

Kolacja: Pieczywo z pasztetem warzywnym i dodatkami. .	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, seler, pietruszka, kasza manna, koncentrat	Po 30 g
Jaja, olej	Po 10 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż	50 g
Jabłko	150 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2278 kcal
Białko	86 g
Tłuszcz	73g (w tym nasycone 33 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	334 g (w tym cukry 39 g- 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	28 g
Sól	3,55 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	2 sztuki – 60 g
Serek topiony	50 g
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Ogórkowa z makaronem, ryba w sosie szpinakowym, kiszona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Ogórek kiszony	50 g
Makaron	30 g
Śmietana	15 g
Ziemniaki	400 g
Filet z miruny	200 g
Szpinak	50 g
Śmietana	15 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: Kisiel	

Kolacja: Pieczywo z pasztetem warzywnym i dodatkami. .	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, seler, pietruszka, kasza manna, koncentrat	Po 30 g
Jaja, olej	Po 10 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 sztuka, jabłko – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2228 kcal
Białko	93 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 34 g – 14%)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 48 g - 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	4,78 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. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i podstawowej.