

NIEDZIELA 31.12.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka krucha	3 plastry – 60 g
Pomidor/ ogórek	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab zapiekany z warzywami i sosem, ziemniaki, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Pietruszka	5 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g
Olej	10 ml
Schab	150 g
Marchew, cebula	100 g
Śmietana, majonez, musztarda	Po 5 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z omletem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Jaja	1,5 szt.
Mleko, mąka	100ml, 20 g
Pieczarki	50 g
Szynka	40 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2170 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	68 g (w tym nasycone 25 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	293 g (w tym cukry 52 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	3,87 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka krucha	3 plastry – 60 g
Pomidor	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab zapiekany z warzywami i sosem, ziemniaki, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Pietruszka	5 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g
Olej	10 ml
Schab	150 g
Marchew, cebula	100 g
Śmietana, majonez, musztarda	Po 5 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z omletem (bez pieczarek), herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Jaja	1,5 szt.
Mleko, mąka	100ml, 20 g

Szynka	40 g
Herbata z cytryną.	

Podwieczorek: Kasza kukurydziana z kakaem.	
kasza	30 g
Mleko, kakao	200 ml

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2359 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 28 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 60 g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4,09 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka krucha	3 plastry – 60 g
Pomidor/ ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab zapiekany z warzywami i sosem, ziemniaki, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Pietruszka	5 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g

Olej	10 ml
Schab	150 g
Marchew, cebula	100 g
Śmietana, majonez, musztarda	Po 5 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kasza kukurydziana z kakaem.	
kasza	30 g
Mleko, kakao	200 ml

Kolacja: Pieczywo z omletem, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Jaja	1,5 szt.
Mleko, mąka	100ml, 20 g
Pieczarki	50 g
Szynka	40 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2365 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 28 g – 10%)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 60 g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,11 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.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
6. 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.
7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.