

Czwartek 4.01.2024 r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja: Sałatka z kaszą jęczmienną i warzywami</b>	
kasza jęczmienna	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor, papryka, ogórek	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	5 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2359 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 32 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	312 g (w tym cukry 46 g- 8% wart.en )
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	4,88 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, kawa zbożowa.</b>	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Kawa zbożowa z mlekiem.	

<b>Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.</b>	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Salata zielona, pomidor	Listki
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Maślanka – 1 sztuka.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2450 kcal
Białko	119 g
Tłuszcz	83 g (w tym nasycone 34g- 12%)
Węglowodany ogółem	315 g (w tym cukry 54g- 9%)
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	4,96 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem i dodatkami, kawa zbożowa.	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	120 g
Ogórek	100 g
Salata	Listki

Kawa zbożowa z mlekiem.	
-------------------------	--

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i marchewką z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew	130 g
Groszek zielony	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń	
Proszek budyńowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Salata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Sałatka z kaszą jęczmienną i warzywami	
kasza jęczmienna	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor, papryka, ogórek	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2268 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 34 g- 13%)
Węglowodany ogółem	285 g (w tym cukry 40 g -7%)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,41 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 dietetyka 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 zaleconej 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 podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.