

PIĄTEK 5.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem, dżemem i dodatkami, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g -2 kromki
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki- 90 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Kakao z mlekiem.	-

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno--parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Ziemniaki	400 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą z makreli i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ser biały mielony	80 g
Makrela wędzona	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.	
Jogurt	1 sztuka
Jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2407 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	82 g (w tym nasycone 39 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	312 g (w tym cukry 53 g- 9 % wart)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	4, 64 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem, miodem i dodatkami, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Kakao z mlekiem.	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	50 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kakaowa kasza manna.	
Kasza manna	20 g
Mleko	200 ml
Banan	1 sztuka
Kakao, ksylitol	Do smaku.

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor, pietruszka, zioła	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ser biały mielony	120 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2646 kcal
Białko	120 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 40 g – 14%)
Węglowodany ogółem	369 g (w tym cukry 85 g – 13%)
Błonnik pokarmowy	31g
Sól	3,44 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem i dodatkami, kakao z mlekiem.	
Chleb graham	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Ser żółty	1 plaster
Ogórek	100 g
Kakao	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kakaowa kasza manna.

Kasza manna	20 g
Mleko	200 ml
Gruszka	1 sztuka
Kakao, ksylitol	Do smaku.

Kolacja: Pieczywo z pastą z makreli i dodatkami, herbata.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ser biały mielony	80 g
Makrela wędzona	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z jabłkiem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2507 kcal
Białko	126 g
Tłuszcz	89 g (w tym nasycone 40 g – 14%)
Węglowodany ogółem	309 g (w tym cukry 69 g – 11%)

Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,72 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 łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie podstawowej.