

Wtorek 5.12.2023r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Ogórek zielony, papryka	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z groszkiem ptysiowym, filet drobiowy w sosie pieczarkowym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Brokuł	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet z kurczaka	100 g
Pieczarki cebula	100 g
Śmietana 18%	15g
Buraki z chrzanem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pasta z makreli dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Makrela	50 g
Ser biały	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż	50 g
Jabłko	200 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	98 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 26 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	305 g (w tym cukry 52 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	5,07 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.
--

Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Pomidor	100 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z groszkiem ptysiowym, filet drobiowy w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Brokuł	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet z kurczaka	100 g
Cebula	100 g
Śmietana 18%	15g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: maślanka	1 szt.
-------------------------------	--------

Kolacja: Twaróg z dodatkami, herbata.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Makrela	50 g
Ser biały	120 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż	50 g
Jabłko	200 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2103 kcal
Białko	95 g
Tłuszcz	62g (w tym nasycone 33 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 30 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5,26 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.
--

Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Ogórek zielony, papryka	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z groszkiem ptysiowym, filet drobiowy w sosie pieczarkowym z ziemniakami i burakami, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Brokuł	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet z kurczaka	100 g
Pieczarki cebula	100 g
Śmietana 18%	15g
Buraki z chrzanem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

Kolacja: Pasta z makreli dodatkami, herbata.

Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Makrela	50 g
Ser biały	50 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt naturalny z jabłkiem (po 1 szt.)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2225 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	63,5g (w tym nasycone 29 g)
Węglowodany ogółem	321 g (w tym cukry 83 g- 15 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	41 g
Sól	5,34 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 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 podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej.