

Sobota 6.01.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną, miodem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprz. Got.	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Sałata	Listki
Grejpfrut	½ sztuki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, pulpety w sosie pomidorowym z kaszą gryczaną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Bułka, jajo	-
Koncentrat pomidorowy	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Paszтет warzywny z soczewicą i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Kasza manna	20 g

Soczewica	30 g
Olej , jaja	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z gruszką po 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2287 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 22 g- 8% wart. en)
Węglowodany ogółem	311 g (w tym cukry 51 g - 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3,88 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną, miodem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprz. Got.	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, pulpety w sosie pomidorowym z kaszą gryczaną i sałatą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g

Bułka, jajo	-
Koncentrat pomidorowy	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Salata z jogurtem i przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczerek: Galaretka jogurtowa.	
Galaretka	10 g
Jogurt naturalny	150 ml

Kolacja: Paszтет warzywny z soczewicą i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Kasza manna	20 g
Soczewica	30 g
Olej , jaja	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z bananem.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2333 kcal
Białko	110g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 24 g – 9%)
Węglowodany ogółem	310 g (w tym cukry 54 g- 9%)
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	4,05 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.

Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprz. Got.	60 g – 3 plastry
Ogórek	100 g
Papryka	50 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, pulpety w sosie pomidorowym z kaszą gryczaną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek	50 g
Groszek ptysiowy	20 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150g
Bułka, jajo	-
Koncentrat pomidorowy	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza gryczana	70 g
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa.

Kolacja: Pasztet warzywny z soczewicą i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Kasza manna	20 g
Soczewica	30 g
Olej , jaja	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z gruszką.
--

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2257 kcal
Białko	115g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 24 g – 9%)
Węglowodany ogółem	290 g (w tym cukry 50 g-9%)
Błonnik pokarmowy	39g
Sól	4,29 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 osobę wyznaczoną 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.