

Środa 6.12.2023r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Serek do smarowania	90 g – 3 sztuku
Pomidor, ogórek	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Barszcz czerwony z ziemniakami, schab w sosie chrzanowym z kaszą jęczmienną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz	-
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	100 g
Chrzan	5g
Śmietana 18%	15g
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką drobiową z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Papryka, ogórek	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Sałatka makaronowa (typu ryż) z dodatkami.	
Makaron	50 g
Ser feta	20 g
Groszek	20 g
Pomidor	50 g
Pieczony filet z kurczaka	50 g
Olej roślinny i przyprawy	10 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Serek do smarowania	90 g – 3 sztuki
Pomidor	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Barszcz czerwony z ziemniakami, schab w sosie własnym z kaszą jęczmienną i sałatą z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz	-
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	100 g
Śmietana 18%	15g
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b>	
----------------------	--

Mąka pszenna	1 kg
Olej	600 ml
Jaja	15 sztuk
Marchewka	1,2 kg
Ksylitol	1 kg
Proszek do pieczenia, cynamon, imbir	

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką drobiową z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Sałatka makaronowa (typu ryż) z dodatkami.	
Makaron	50 g
Ser feta	20 g
Groszek	20 g
Pomidor	50 g
Pieczony filet z kurczaka	50 g
Olej roślinny i przyprawy	10 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	90 g – 3 sztuku
Pomidor, ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Barszcz czerwony z ziemniakami, schab w sosie chrzanowym z kaszą jęczmienną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz	-
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	10 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml

Schab	100 g
Chrzan	5g
Śmietana 18%	15g
Czerwona kapusta z przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto marchewkowe</b>

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z szynką drobiową z dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Papryka, ogórek	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Sałatka makaronowa (typu ryż) z dodatkami.	
Makaron	50 g
Ser feta	20 g
Groszek	20 g
Pomidor	50 g
Pieczony filec z kurczaka	50 g
Olej roślinny i przyprawy	10 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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 wymagania 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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.





Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 5. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.