

NIEDZIELA 7.01.2024 R.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Jajo na twardo	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa gruba	60 g – 3 plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie śmietanowym z ziemniakami i kapustą pekińską, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%, musztarda	15, 5 g
Cebula	30 g
Majeranek, rozmaryn	-
Kapusta pekińska, ogórek zielony, kukurydza, czosnek, majonez, jogurt naturalny	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry
Ogórek, papryka czerwona	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Makaron z serem.	
Ser twarogowy	50 g
Makaron	50 g
Ksylitol, cynamon	10 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2202kcal
Białko	112g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 29 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	284 g (w tym cukry 31 g- 6 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	5,66 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Jajo na twardo	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa gruba	60 g – 3 plastry
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie śmietanowym z ziemniakami i sałata z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%, musztarda	15, 5 g
Cebula	30 g

Majeranek, rozmaryn	-
Salata z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Kisiel.	5 g
------------------------------	-----

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Serek topiony	50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Makaron z serem.	
Ser twarogowy	50 g
Makaron	50 g
Ksylitol, cynamon	10 g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2153 kcal
Białko	110g
Tłuszcz	68g (w tym nasycone 28g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 34 g- 6 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	3,84 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Jajo na twardo	1 szuka

Szynka drobiowa gruba	60 g – 3plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

**Obiad:** Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie śmietanowym z ziemniakami i kapustą pekińską, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%, musztarda	15, 5 g
Cebula	30 g
Majeranek, rozmaryn	-
Kapusta pekińska, ogórek zielony, kukurydza, czosnek, majonez, jogurt naturalny	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek: Kisiel.</b>	5 g
------------------------------	-----

**Kolacja:** Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.

Chleb graham	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry
Ogórek, papryka czerwona	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Makaron z serem.

Ser twarogowy	50 g
Makaron	50 g
Ksylitol, cynamon	10 g

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:**

Wartość energetyczna	2175 kcal
Białko	113g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 29 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	278 g (w tym cukry 23 g- 4 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	34g
Sól	5,66 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 osobę wyznaczoną 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.