

CZWARTEK 7.12. 2023R.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Mozzarella	60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko pieczone z ziemniakami i szpinakiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Szpinak z czosnkiem (do smaku) i śmietaną	100 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy (1 op. 150g) i herbatniki (1 op. 50g)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2189 kcal
Białko	93,5 g
Tłuszcz	72,8 g (w tym nasycone 29,5 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	309 g (w tym cukry 52,5g- 10% wart.en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,87 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Mozzarella	60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko pieczone z ziemniakami i szpinakiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Szpinak z czosnkiem (do smaku) i śmietaną	100 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: mus owocowy, herbatniki	
Banan, jabłko, gruszka	200 g
Herbatniki	20 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy (1 op. 150g) i herbatniki (1 op. 50g)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2279 kcal
Białko	99 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	318 g (w tym cukry 59,5 g)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z mozzarellą i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Mozzarella	60 g
Papryka	50 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko pieczone z ziemniakami i szpinakiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Szpinak z czosnkiem (do smaku) i śmietaną	100 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kisiel z jabłkami.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.

Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Chleb graham	3 kromki -90 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny i gruszka (po 1 szt.)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2321 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	76,8g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	323 g (w tym cukry 58 g)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,7 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 wymagania diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej, z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów, łatwostrawnej .



Zdjęcie 4. Podwieczerek w diecie łatwostrawnej.