

PIĄTEK 8.12. 2023R.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, ryba po grecku z ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g

Włoszczyzna, koncentrat pomidorowy	50 g
Kiszona kapusta z marchewką i przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

**Kolacja:** Pieczywo z pasztetem z soczewicy i dodatkami, herbata.

Czerwona soczewica	50 g
Marchew, cebula, pietruszka, seler, czosnek, jaja, olej	100g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Serek homogenizowany.

**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

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, ryba po grecku z ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Włoszczyzna, koncentrat pomidorowy	100 g

Jabłko (kompot)	50 g
<b>PODWIECZOREK:</b> Maślanka	
Maślanka	1 szt.

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pasztetem warzywnym i dodatkami, herbata.	
Marchew, cebula, pietruszka, seler, czosnek, jaja, olej	150g
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Serek homogenizowany.
--

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

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90 g – 3kromki
Masło extra	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z makaronem, ryba po grecku z ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Włoszczyzna, koncentrat pomidorowy	50 g

Kiszona kapusta z marchewką i przyprawami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>PODWIECZOREK:</b> gruszka	
Gruszka	1 szt.

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pasztetem z soczewicy i dodatkami, herbata.	
Czerwona soczewica	50 g
Marchew, cebula, pietruszka, seler, czosnek, jaja, olej	100g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt naturalny - 1 sztuka.
---

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

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 zaleconej 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:



Podwieczerek w diecie łatwostrawnej.



Obiad w diecie podstawowej oraz z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.