

SOBOTA 9.12. 2023R.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Grysik	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka	100 g
Marchew	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

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 polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Gryzik	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka	100 g
Marchew	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	Banan – 1 sztuka
----------------------	------------------

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

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

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 polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Grysik	30 g

Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	70 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Łopatka	100 g
Marchew	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	Gruszka – 1 sztuka
----------------------	--------------------

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Szynka drobiowa	60 g -3 plastry
Masło extra	10 g
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

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.

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.