

Data: CZWARTEK 26.10.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	40 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Grejfrut	½ sztuki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy z kaszą jęczmienną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Dynia	50 g
Groszek ptysiowy	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	5 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Czerwona kapusta	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z sałatką caprese, herbata.	
Mozzarella	60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g

Sałata zielona	Listki
Zioła: bazylia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z owocami.	
Płatki owsiane	30 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Śliwki	1 sztuka - 55 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Rodzynki	10 g
Cynamon	1 g

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, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	40 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z dyni z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy (duszony) z kaszą jęczmienną i zieloną sałatą z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Dynia	50 g
Groszek ptysiowy	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	5 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Sałata z jogurtem	Listki, 20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jogurt z waflem andrutem.	
Jogurt naturalny	1 sztuka – 150g
Wafle	3 sztuki

Kolacja: Pieczywo z sałatką caprese, herbata.	
Mozzarella	60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Zioła: bazyliia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkiem.	
Płatki owsiane	30 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Cynamon	1 g

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	40 g
Ogórek	100 g
Papryka	50 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z dyni z groszkiem ptysiowym, gulasz wołowy (duszony) z kaszą jęczmienną i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Dynia	50 g
Groszek ptysiowy	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Wołowe na gulasz	100g
Olej rzepakowy	5 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Czerwona kapusta	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jogurt z jabłkiem.	
Jogurt naturalny	1 sztuka – 150g
Jabłko	150 g

Kolacja: Pieczywo z sałatką caprese, herbata.	
Mozzarella	60 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Zioła: bazylia i oregano	-
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z owocami.	
Płatki owsiane	30 g
Jabłko	1 sztuka - 150 g
Śliwki	1 sztuka - 55 g
Ksylitol	5 g
Mleko	150 ml
Rodzynki	10 g
Cynamon	1 g

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 – ¾ 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. Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie lekkostrawnej.



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



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej