

DZIEŃ 11 CZWARTEK 30.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, sałata z papryką, ogórkiem świeżym i sosem jogurtowym z koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	100g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Sałata, papryka, ogórek świeży	150 g
Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	2 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2117 kcal
Białko	89g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 24 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 55- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	2,76 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, sałata z sosem jogurtowym z koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	100g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Sałata,	-

Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Wafel andrut z dżemem.	
Dżem niskosłodzony	50g
Wafle	2 sztuki

Kolacja: Pieczywo z omletem, pomidor, sałata herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	2 szt.
Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, banan – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2390 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	69 g (w tym nasycone 24g-9%)
Węglowodany ogółem	354 g (w tym cukry 73 g-12%)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	2,93 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka	60 g – 3 plastry
Papryka	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, gulasz ze schabu z ziemniakami, sałata z papryką, ogórkiem świeżym i sosem jogurtowym z koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	100g
Cebula	20 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Śmietana 18%	15 g
Sałata, papryka, ogórek świeży	150 g
Jogurt Nat, majonez, koperek	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z omletem z dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jaja	2 szt.

Mleko, mąka	100 ml, 20 g
Groszek, pieczarki	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt, jabłko – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2144 kcal
Białko	91 g
Tłuszcz	68 g (w tym nasycone 25 g-10%)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 55 g- 10%)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	2,83 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 zaleconej dla danego Pacjenta diety.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



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



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.