

Data: Niedziela 8.10.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi, ser twarogowy z chlebem i dodatkami, herbata.	
Mleko	300 ml
Płatki owsiane	30 g
Chleb mieszany	70 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Ogórek	30 g
Papryka czerwona	30 g
Sałata zielona	15 g
Herbata	250 ml

Obiad: Rosół z makaronem, filet z kurczaka pieczony z ziemniakami i surówką z białej kapusty.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	40 g
Bulion rosółowy	5 ml
Cebula	5 g
Makaron	30 g
Koper, świeży	5 g
Filet z piersi kurczaka	100 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	140 g
Majonez	5 g
Masło	10 g
Kompot z jabłek	250 ml

Kolacja: Chleb z szynką wieprzową i dodatkami, herbata	
Chleb mieszany	100 g
Szynka wieprzowa	60 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	70 g
Ogórki kiszzone	70 g
Masło	10 g
Herbata	250 ml

II Kolacja: Kanapka z serem żółtym i dodatkami	
Chleb mieszany	40 g
Ser żółty	20 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Masło	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2440 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	90 g (w tym nasycone 40 g)
Węglowodany ogółem	308 g (w tym cukry 93 g)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	5 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi, ser twarogowy z chlebem i dodatkami, herbata.	
Mleko	300 ml
Płatki owsiane	30 g
Chleb pszenny	50 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Herbata	250 ml

II Śniadanie: Jabłko i chrupki kukurydziane.	
Jabłko	1 sztuka - 200 g
Chrupki kukurydziane	5 g

Obiad: Rosół z makaronem, udko z warzywami z ziemniakami i sałatą zieloną, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	40 g
Bulion rosółowy	5 ml
Cebula	5 g
Makaron	30 g
Koper, świeży	5 g
Ziemniaki	400 g
Udka drobiowe pieczone z warzywami	100 g
Sałata zielona	15 g
Jogurt naturalny	10 g
Masło	10 g
Kompot z jabłek	250 ml

Podwieczorek: Budyń.	
Budyń waniliowy	5 g
Mleko	250 g

Kolacja: Chleb z szynką wieprzową i dodatkami, herbata	
Chleb pszenny	50 g
Szynka wieprzowa	60 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	70 g
Masło	10 g
Herbata	250 ml
Masło extra	10 g

II Kolacja: Kanapka z jajkiem.	
Chleb graham	30 g
Jajko	30 g
Masło	5 g
Pomidor	10g
Sałata zielona	5 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2700 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	90 g (w tym nasycone 45 g)
Węglowodany ogółem	327 g (w tym cukry 93 g)
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	5 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi, ser twarogowy z chlebem i dodatkami, herbata	
Mleko	300 ml
Płatki owsiane	30 g
Chleb graham	70 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Ogórek	30 g
Papryka czerwona	30 g
Sałata zielona	15 g
Herbata	250 ml

II Śniadanie: Jogurt naturalny z jabłkiem.	
Jabłko	1 szt- 200g
Jogurt naturalny	100 g

Obiad: Rosół z makaronem, udko z warzywami z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	40 g
Bulion rosółowy	5 ml
Cebula	5 g
Makaron	30 g
Koper, świeży	5 g
Ziemniaki	400 g
Udka drobiowe pieczone z warzywami	100 g
Kapusta biała	140 g
Ogórek	50 g
Majonez	5 g
Masło	10 g
Kompot z jabłek	250 ml

Podwieczorek: Budyń.	
Budyń waniliowy	5 g
Mleko	250 g

Kolacja: Chleb z szynką wieprzową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	60 g
Szynka wieprzowa	60 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	70 g
Ogórki kiszzone	70g
Masło	10 g
Herbata	250 ml

II Kolacja: Kanapka z serem żółtym i dodatkami	
Chleb graham	60 g
Ser żółty	20 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Masło	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2450 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	90 g (w tym nasycone 45 g)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 93 g)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	4 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 wyznaczonego pracownika Działu Żywnienia dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.