

Data: WTOREK 10.10.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb z serem twarogowym i dodatkami, herbata	
Mleko	300 ml
Kasza jęczmienna	30 g
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Przyprawy (Pieprz czarny, sól, bazylia)	Po 1 g
Salata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną	250 ml

Obiad: Zupa grysikowa, krostki warzywne (pieczone w piecu konwekcyjno – parowym), kompot	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	30 g
Kapusta biała	20 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Śmietana 12% tłuszczu	15 g
Mąka pszenna	150 g
Mleko	250 ml
Jajko	10 g
Olej rzepakowy	5 ml
Bułka tarta	10 g
Marchew	70 g
Przyprawy (pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)	
Papryka czerwona	30 g
Pieczarka	30 g
Brokuły	30 g
Kukurydza konserwowa	5 g
Groszek konserwowy	5 g
Cebula	5 g
Czosnek	5 g
Kompot	250 ml

Kolacja: Kanapka z szynką wieprzową i dodatkami, herbata	
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa, gotowana	70 g
Ogórki kiszone	70 g
Pomidor	50 g
Salata zielona	15 g
Herbata z cytryną.	250 ml

II Kolacja: Serek homogenizowany z jabłkiem	
Jabłko	1 sztuka- 200 g
Serek homogenizowany waniliowy	150 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2524 kcal
Białko	125 g
Tłuszcz	71 g (w tym nasycone 39 g)
Węglowodany ogółem	341 g (w tym cukry 83 g)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	3 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb z serem twarogowym i dodatkami, herbata	
Mleko	300 ml
Kasza jęczmienna	30 g
Chleb pszenny	75 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Przyprawy (Pieprz czarny, sól, bazylia)	Po 1 g
Sałata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną	250 ml

II Śniadanie: Bułka maślana	
Bułka maślana	60 g

Obiad: Zupa grysikowa, bitki wołowe w sosie warzywnym (duszone) z ziemniakami (gotowane), kompot	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	30 g
Kapusta biała	20 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Śmietana 12% tłuszczu	15 g
Ziemniaki	400 g
Masło	3 g
Koperek	3 g
Burak	140 g
Jabłko	40 g
Olej rzepakowy	3 ml
Przyprawy (pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)	
Polędwica wołowa	100 g
Mąka pszenna	10 g
Kompot	250 ml

Podwieczorek: Kisiel truskawkowy z jabłkami	
Kisiel	5 g
Jabłko	25 g

Kolacja: Kanapka z szynką wieprzową i dodatkami, herbata	
Chleb graham	90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa, gotowana	70 g
Ogórki kiszzone	50 g
Pomidor	50 g
Sałata zielona	15 g
Herbata z cytryną.	250 ml

II Kolacja: Serek homogenizowany	
Serek homogenizowany waniliowy	150 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2524 kcal
Białko	125 g

Tłuszcz	71 g (w tym nasycone 39 g)
Węglowodany ogółem	341 g (w tym cukry 83 g)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	3 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną, chleb z serem twarogowym i dodatkami, herbata	
Mleko	300 ml
Kasza jęczmienna	30 g
Chleb graham	90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	70 g
Jogurt naturalny	5 g
Przyprawy (Pieprz czarny, sól, bazylija)	Po 1 g
Salata zielona	15 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną	250 ml

II Śniadanie: Musli z jabłkami i rodzynkami	
Jabłko	25 g
Jogurt naturalny	100 g
Płatki owsiane	15 g
rodzynki	10g

Obiad: Zupa grysikowa, bitki wołowe w sosie warzywnym (duszone) z ziemniakami (gotowane), kompot	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	70 g
Kapusta biała	20 g
Kasza manna	30 g
Sól	1 g
Śmietana 12% tłuszczu	25 g
Ziemniaki	400 g
Masło	3 g
Koperek	3 g
Burak	140 g
Jabłko	40 g
Olej rzepakowy	3 ml
Przyprawy (pieprz, ziele angielskie, liść laurowy)	
Polędwica wołowa	100 g
Mąka pszenna	10 g
Kompot	250 ml

Podwieczorek: Kisiel truskawkowy z jabłkami	
Kisiel	5 g
Jabłko	25 g

Kolacja: Kanapka z szynką wieprzową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa, gotowana	70 g
Ogórki kiszane	50 g
Pomidor	50 g
Salata zielona	15 g
Herbata z cytryną.	250 ml

II Kolacja: Kanapka z serkiem kremowym, szczypiorkiem i rzodkiewką	
Chleb graham	90 g
Serek ze szczypiorkiem	15 g
Rzodkiewka	5 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2524 kcal
Białko	125 g
Tłuszcz	71 g (w tym nasycone 39 g)
Węglowodany ogółem	341 g (w tym cukry 83 g)
Błonnik pokarmowy	39 g
Sól	3 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. Obiad dla diety łatwostrawnej oraz diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Obiad dla diety podstawowej



Zdjęcie 3. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.