

Data: CZWARTEK 12.10.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą, chleb z serkiem kremowym, szynką drobiową i dodatkami oraz herbata.	
Mleko	300 ml
Kasza kukurydziana	30 g
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Serek do smarowania	30 g
Sałata zielona	listki
Papryka, ogórek	70 g
Szynka drobiowa	60 g
Herbata z cytryną	-

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety (gotowane) w sosie koperkowym z ziemniakami oraz sałata z brokułami w sosie jogurtowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Ryż	30 g
Koncentrat pomidorowy	5 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Schab	100 g
Cebula	20 g
Jaja	5 g
Bazylią, oregano, zioła prowansalskie	
Sałata	listki
Brokuł	100 g
Sos jogurtowy	10
Jabłka na kompot	50 g

Kolacja: Chleb mieszany, pieczeń rzymska, dodatki i herbata.	
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Ogórek kiszony	70 g
Sałata zielona	listki
Schab wieprzowy	60 g
Jaja	5 g
Olej rzepakowy	5 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kanapka z polędwicą i dodatkami	
Chleb mieszany	40 g
Masło extra	5 g
Polędwica sopocka	15 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	70 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2570 kcal
Białko	120 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 38 g)

Węglowodany ogółem	363 g (w tym cukry 57 g)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	5,03 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą, chleb z serkiem kremowym, szynką drobiową i dodatkami oraz herbata.	
Mleko	300 ml
Kasza kukurydziana	30 g
Chleb pszenny	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	listki
Jabłko pieczone	Ok. 150 g
Szynka drobiowa	60 g
Herbata z cytryną	-
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem.	
Chleb pszenny	1 kromka- 25 g
Sałata zielona	Listki
Masło ekstra	5 g
Jaja gotowane	50 g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety (gotowane) w sosie koperkowym z ziemniakami oraz buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Ryż	30 g
Koncentrat pomidorowy	5 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Schab	100 g
Cebula	20 g
Jaja	5 g
Bazylija, oregano, zioła prowansalskie	
Burak	140 g
Jabłka na kompot	50 g
Podwieczorek: Ciasto jogurtowe	
Jogurt naturalny	50 g
Ksylitol	10 g
Jaja	1 sztuka
Mąka pszenna	50 g
Olej rzepakowy	10 ml
Jabłka	100 g

Kolacja: Chleb mieszany, pieczeń rzymska, dodatki i herbata.	
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Ogórek kiszony	70 g
Sałata zielona	listki
Schab wieprzowy	60 g
Jaja	5 g
Olej rzepakowy	5 g

Herbata z cytryną.	
--------------------	--

II Kolacja: Kanapka z polędwicą i dodatkami	
Chleb mieszany	40 g
Masło extra	5 g
Polędwica sopocka	15 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor bez skórki	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2900 kcal
Białko	130 g
Tłuszcz	90 g (w tym nasycone 45g)
Węglowodany ogółem	380 g (w tym cukry 68 g)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	4 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą, chleb z szynką drobiową i dodatkami oraz herbata.	
Mleko	300 ml
Kasza kukurydziana	30 g
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	listki
Papryka, ogórek	70 g
Szynka drobiowa	60 g
Herbata z cytryną	-
II Śniadanie: Kanapka z jajkiem.	
Chleb graham	1 kromka- 25 g
Sałata zielona	Listki
Masło ekstra	5 g
Jaja gotowane	50 g

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, pulpety (gotowane) w sosie koperkowym z ziemniakami oraz sałata z brokułami w sosie jogurtowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kapusta słodka	20 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Ryż	30 g
Koncentrat pomidorowy	5 g
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Schab	100 g
Cebula	20 g
Jaja	5 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	
Sałata	listki
Brokuł	100 g
Sos jogurtowy	10
Jabłka na kompot	50 g

Podwieczorek: Ciasto jogurtowe	
Jogurt naturalny	50 g
Ksylitol	10 g
Jaja	1 sztuka
Mąka pszenna	50 g
Olej rzepakowy	10 ml
Jabłka	100 g

Kolacja: Chleb mieszany, pieczeń rzymska, dodatki i herbata.	
Chleb mieszany	100 g
Masło extra	10 g
Ogórek kiszony	70 g
Sałata zielona	listki
Schab wieprzowy	60 g
Jaja	5 g
Olej rzepakowy	5 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kanapka z polędwicą i dodatkami	
Chleb mieszany	40 g
Masło extra	5 g
Polędwica sopocka	15 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2900 kcal
Białko	130 g
Tłuszcz	90 g (w tym nasycone 45g)
Węglowodany ogółem	380 g (w tym cukry 68 g)
Błonnik pokarmowy	27 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- Zdjęcia posiłków:



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



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej



Zdjęcie 3. Śniadanie w diecie lekkostrawnej



Zdjęcie 4. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 5. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej oraz diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.