

Niedziela 07.04.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|--|--------------|
| Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem śmietankowym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g- kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Serek śmietankowy | 30g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek kiszony | 80g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|--|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem , ziemniaki, udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z marchewki, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Kurczak -tuszka | 20g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Udka z kurczaka | 250g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Marchew | 150g |
| Jabłko | 50g |
| Chrzan | 5g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---|---------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella i pomidorami ,herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g- 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Bazylia | 3g |
| Oregano | 3g |
| Pomidor | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

Kolacja II –Budyń kakaowy.

| | |
|---------------|--------|
| Mleko 2% | 200 ml |
| Budyń proszek | 5g |

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych

| | |
|----------------------|---|
| Wartość energetyczna | 2280kcal |
| Białko | 125.14g |
| Tłuszcz | 89.44 (tym nasycone 55.62g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 257.02g (w tym cukry 32.44g-11% wart.en) |
| Błonnik | 25.96g |
| Sól | 4.9 g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|--|--------------|
| Śniadanie: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem śmietankowym i pomidorem , herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g- kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Serek śmietankowy | 30g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem , ziemniaki, udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),marchewka gotowana z groszkiem, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Natka pietruszki | 5 |
| Kurczak -tuszka | 20g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Udło z kurczaka | 250g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Marchew | 150g |
| Groszek konserwowy | 5g |

| | |
|--|------------|
| Podwieczorek: Jogurt owocowy, herbatniki. | |
| Jogurt owocowy | 1 szt-150g |
| Herbatniki | 20g-5 szt |

| | |
|---|---------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g- 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Bazylija | 3g |
| Oregano | 3g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|------------------------------------|--------|
| Kolacja II – Budyń kakaowy. | |
| Mleko 2% | 200 ml |
| Budyń proszek | 5g |

| | |
|---|---|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2390kcal |
| Białko | 133.44g |
| Tłuszcz | 92.12g (tym nasycone 55.63g- 11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 296.8g (w tym cukry 35.58g- 11% wart.en) |
| Błonnik | 24.26g |
| Sól | 5 g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| | |
|---|--------------|
| Śniadanie: Pieczywo graham z polędwicą sopocka, serem śmietankowym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną | |
| Chleb graham | 90g- kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Serek śmietankowy | 30g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek kiszony | 80g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|--|--------|
| Obiad: Rosół z makaronem , ziemniaki, udko z kurczaka (pieczone w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z marchewki, kompot. | |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron nitka | 30g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Kurczak -tuszka | 20g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Udka z kurczaka | 250g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Marchew | 150g |
| Jabłko | 50g |
| Chrzan | 5g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---|------------|
| Podwieczorek: Gruszka, jogurt naturalny. | |
| Gruszka | 1 szt-130g |
| Jogurt naturalny | 1szt-150g |

| | |
|---|---------------|
| Kolacja: Pieczywo graham z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90g- 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser mozzarella | 60g |
| Bazylija | 3g |
| Oregano | 3g |
| Pomidor | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Kolacja II : Budyń kakaowy | |
| Mleko 2% | 200ml |
| Budyń proszek | 5g |

| | |
|---|--|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2336kcal |
| Białko | 128.49g |
| Tłuszcz | 91.27g (tym nasycone 30.4g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 267.99g (w tym cukry 45.9g- 12% wart.en) |
| Błonnik | 35.89g |
| Sól | 4.9g |

| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
|-------------------------------|---|
| Dzieci w wieku (lata): | Dieta |
| 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 osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.

6. 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.

7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

