

Data: NIEDZIELA 5.11.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy półtłusty	100 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Ogórek konserwowy	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, udko w sosie śmietanowo- pietruszkowym z ziemniakami i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	1 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Udko	1 sztuka
Natka	10 g
Śmietana 18%	15g
Czerwona kapusta z przyprawami.	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pieczenią rzymską, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szab, marchewka	60 g
Ogórek kiszony	100
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z mozzarellą i pomidorem.	
Makaron	40g
Pomidor	50 g
Mozzarella	30 g
Oregano, bazylija, zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2225 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 26 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	290 g (w tym cukry 21 g- 4 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	3 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy półtłusty	100 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, udko w sosie śmietanowo- pietruszkowym z ziemniakami i zieloną sałatą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	1 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Udko	1 sztuka
Natka	10 g
Śmietana 18%	15g
Zielona sałata	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek : Budyń.	
Mleko	200 ml
Proszek budyniowy	5 g

Kolacja: Pieczywo z pieczenią rzymską, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szab, marchewka	60 g
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z mozzarellą i pomidorem.	
Makaron	40g
Pomidor	50 g
Mozzarella	30 g
Oregano, bazylia, zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2345 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 28 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 33 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	20 g
Sól	3,2 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serem twarogowym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy półtłusty	100 g
Ogórek konserwowy, papryka, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, udko w sosie śmietanowo- pietruszkowym z ziemniakami i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	1 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Udko	1 sztuka
Natka	10 g
Śmietana 18%	15g
Czerwona kapusta z przyprawami.	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek : Budyń.	
Mleko	200 ml
Proszek budyniowy	5 g

Kolacja: Pieczywo z pieczenią rzymską, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Schab, marchewka	60 g
Ogórek kiszony	100
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa z mozzarellą i pomidorem.	
Makaron	40g
Pomidor	50 g
Mozzarella	30 g
Oregano, bazylia, zioła	-

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2249 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 28 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	281 g (w tym cukry 33 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	22 g
Sól	3,16 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.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.

