

**Czwartek 01.02.2024**

**1. DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Bułka maślana, pieczywo pszenno-żytnie z sałatą zieloną, serkiem topionym, szynką z fileta i warzywami, kawa zbożowa.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Bułka maślana	60g-1szt
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Szynka z fileta	70g
Ser topiony	20g
Pomidor	80g
Ogórek świeży	80g
Mleko 2 %	250 ml
Kawa zbożowa	5g

<b>Obiad :</b> Zupa grysikowa, ziemniaki, schab pieczony z jarzynami w sosie własnym, buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g
Kasza manna	30g

Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Buraki	150g
Jabłko	30g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Kolacja</b> :Pieczywo pszenno-żytnie z pieczeni $\acute$ warzywn $\acute$ z soczewicy, og $\acute$ rek kiszony, herbata z cytryn $\acute$ .	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Og $\acute$ rek kiszony	100g
Soczewica	30g

Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

**Kolacja II Galaretka jogurtowa.**

Jogurt naturalny	200ml
Galaretka, proszek	5g

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych**

Wartość energetyczna	2238 kcal
Białko	104g
Tłuszcz	81.54g ( tym nasycone 29.97g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	284.48g ( w tym cukry 34.57g- 11%wart.en)

Błonnik	28.82g
Sól	4.24g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie</b> : Pieczywo pszenno-żytnie , bułka maślana z serkiem topionym , szynką z fileta i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60g – 3 kromki
Bułka maślana	60g-1 szt
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście
Ser topiony	20g
Szynka z fileta	60g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> :Zupa grysikowa, ziemniaki, schab pieczony z jarzynami w sosie własnym, buraki gotowane ,kompot.	
Włoszczyzna (marchew, pietruszka , seler)	Po 30g
Kasza manna	30g

Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Buraki	150g
Jabłko	30g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy, chrupki kukurydziane.	
Jogurt owocowy	150g
Chrupki kukurydziane	10

<b>Kolacja :</b> Pieczywo pszenno-żytnie z pieczenią warzywną z soczewicy , pomidor , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki

Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Pomidor bez skórki	100g
Soczewica	30g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II Galaretka jogurtowa.</b>	
Jogurt naturalny	200ml
Galaretka, proszek	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2285 kcal
Białko	104g
Tłuszcz	67g ( tym nasycone 21.46g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	286.44g ( w tym cukry 36.15g-11%wart.en)
Błonnik	29.92g
Sól	4.48 g

### **3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.**

<b>Śniadanie:</b> Bułka graham, pieczywo graham z sałatą zieloną, serkiem topionym, szynką z fileta i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Bułka graham	60g-1szt
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Szynka z fileta	70g
Ser topiony	20g
Pomidor	80g

Ogórek świeży	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> :Zupa grysikowa, ziemniaki, schab pieczony z jarzynami w sosie własnym, sałatka z buraków, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g
Kasza manna	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Jarzyna	30g
Mięso schab b/k	150g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Buraki	150g
Jabłko	50



Jabłko	30g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Gruszka , jogurt naturalny.	
Gruszka	160g-1 szt
Jogurt naturalny	150g-1 szt

<b>Kolacja :</b> Pieczywo graham z pieczenią warzywną z soczewicy ,ogórek kiszony, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Sałata zielona	3 liście
Soczewica	30g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml

Jajka	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II Galaretka jogurtowa.</b>	
Jogurt naturalny	200ml
Galaretka, proszek	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2386 kcal
Białko	104g
Tłuszcz	73.35g ( tym nasycone 27.83g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	289.45g ( w tym cukry 38.15g- 11%wart.en)
Błonnik	41.86g
Sól	4.21 g

<b>4. DIETY DLA PEDIATRII</b>	
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 – $\frac{3}{4}$ 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. 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 zalecanej 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.

8. Zdjęcia posiłków:



**Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.**



**Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**



**Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.**



**Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.**

