

**Czwartek 08.08.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> _Pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną, kremowym serkiem, miodem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Safata zielona	3 liście-15g
Szynka gotowana	70g
Kremowy serek śmietankowy	30g-1 szt
Dżem	30g-1 szt
Miód	30g-1 szt
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa ,ziemniaki z gulaszem duszonym ,surówka z kapusty czerwonej, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza manna	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Mięso łopatka b/k	150g
Koper	5g
Mąka	10g
Śmietana 18 %	10g
Sól	1g
Kapusta czerwona	150g
Jabłko	50g

Cebula	5g
Olej rzepakowy	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Makaron ryżowy	70g
Filet z kurczaka	80g
Kukurydza konserwowa	5g
Papryka czerwona	30g
Majonez	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Bułka maślana.	
Bułka maślana	70g- 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2286 kcal
Białko	113.48g
Tłuszcz	60.05g ( tym nasycone 19.06g- 11% wart.en)
Węglowodany ogółem	336.56g ( w tym cukry 34.03g- 11%wart.en)
Błonnik	30,05g
Sól	5,24 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną, kremowym serkiem, miodem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka gotowana	70g
Kremowy serek śmietankowy	30g-1 szt
Dżem	30g-1 szt
Miód	30g-1 szt
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa ,ziemniaki z gulaszem duszonym ,sałata zielona z sosem jogurtowo-koperkowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza manna	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Mięso łopatka b/k	150g
Koper	5g
Mąka	10g
Śmietana 18 %	10g
Sól	1g
Sałata zielona	3 liście-15g

Koper	5g
Jogurt naturalny	10g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Deser mleczny biszkoptowy	
Deser mleczny biszkoptowy	65g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką makaronową z kurczakiem, pomidor, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	90 g– 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Makaron ryżowy	70g
Filet z kurczaka	80g
Kukurydza konserwowa	5g
Majonez	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Bułka maślana.	
Bułka maślana	70g-1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2311 kcal
Białko	118.1g
Tłuszcz	59.14g ( tym nasycone 17.21g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	340.12g ( w tym cukry 32.1g-11%wart.en)

Błonnik	25.14g
Sól	5,47 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> _Pieczywo graham z szynką gotowaną, kremowym serkiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście-15g
Szynka gotowana	70g
Kremowy serek śmietankowy	30g-1 szt
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Zupa grysikowa ,ziemniaki z gulaszem duszonym ,surówka z kapusty czerwonej, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza manna	30g
Natka pietruszki	5g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Mięso łopatka b/k	150g
Koper	5g
Mąka	10g
Śmietana 18 %	10g
Sól	1g
Kapusta czerwona	150g

Jabłko	50g
Cebula	5g
Olej rzepakowy	5ml
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Serek wiejski lekki, pieczywo graham, warzywa	
Serek wiejski lekki	150g
Kanapka graham	30g
Sałata lodowa	15g
Pomidor koktajlowy	50g
Ogórek świeży	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham z sałatką makaronową z kurczakiem, pomidor, herbata.	
Chleb graham	90 g– 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Makaron ryżowy	70g
Filet z kurczaka	80g
Kukurydza konserwowa	5g
Papryka czerwona	30g
Majonez	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Jogurt naturalny , jabłko.	
Jabłko	180g – 1 szt
Jogurt naturalny	150g – 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2294kcal
Białko	120.89g
Tłuszcz	64.56g ( tym nasycone 19.81g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	326.49g ( w tym cukry 49.81g-12%wart.en)
Błonnik	38.96g
Sól	4.94g

<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 – 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. 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:



Zdjęcie1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. Obiad w diecie podstawowej.





Zdjęcie 5. II Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.