

**Sobota 09.03.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z drobiową, twarogiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	70g
Twaróg	60g
Pomidor	100g
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Krupnik, ziemniaki, pulpety w sosie pieczarkowy, buraki z chrzanem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Sól	1gg
Mąka pszenna	10
Śmietana 18 %	10g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g-1/5szt
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Pieczarka	40g

Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Śmietana	10g
Buraki	150g
Jabłko	50g
Chrzan	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z omletem jajeczno-warzywnym, dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajka	100g- 2 szt
Mleko 2 %	50ml
Groszek konserwowy	5g
Pieczarka	30g
Dżem	30g- 1 szt
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Budyń waniliowy.	
Budyń proszek	5g
Mleko 2 %	200 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2235kcal
Białko	126.58g
Tłuszcz	63.39g ( tym nasycone 88.7g-12% wart en)
Węglowodany ogółem	287.41g ( w tym cukry 44.07g- 12%wart.en)
Błonnik	33.27g
Sól	1.97 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z drobiową, twarogiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	70g
Twaróg	60g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Krupnik, ziemniaki, pulpety w sosie pietruszkowym, buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g-1/5szt
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Pietruszka	5g
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml

Śmietana	10g
Buraki	150g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany.	
Serek homogenizowany	1 szt-150

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z omletem jajeczno-warzywnym, dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajka	100g- 2 szt
Mleko 2 %	50ml
Groszek konserwowy	5g
Dżem	30- 1 szt
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Budyń waniliowy	
Budyń proszek	5g
Mleko 2 %	200 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2443kcal
Białko	139.19g

Tłuszcz	75.18g ( tym nasycone 90.75g- 12% wart en)
Węglowodany ogółem	302.6g ( w tym cukry 58.86g- 12%wart.en)
Błonnik	30.41g
Sól	2.19 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo graham z szynką z drobiową, twarogiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	70g
Twaróg	60g
Pomidor	100g
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Krupnik, ziemniaki, pulpety w sosie pieczarkowy, buraki z chrzanem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g-1/5szt
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Pieczarka	40g

Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Śmietana	10g
Buraki	150g
Jabłko	50g
Chrzan	5g
Jabłko (kompot)	50g

**Podwieczorek:** Jogurt naturalny , jabłko.

Jogurt naturalny , jabłko	1 szt-150g , 180 g- 1 szt
---------------------------	---------------------------

**Kolacja:** Pieczywo graham z omletem jajeczno-warzywnym, herbata z cytryną.

Chleb graham	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście-15g
Jajka	100g- 2 szt
Mleko 2 %	50g
Groszek konserwowy	5g
Pieczarka	30g
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

**Kolacja II :** Budyń waniliowy.

Budyń proszek	5g
Mleko 2 %	200 ml

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych**

Wartość energetyczna	2347kcal
----------------------	----------



Białko	134.83g
Tłuszcz	72.71g ( tym nasycone 89.51g-12% wart en)
Węglowodany ogółem	302.66g ( w tym cukry 51.15g-12%wart.en)
Błonnik	40.3g
Sól	1.974g

<b>4. DIETY DLA PEDIATRII</b>	
Dzieci w wieku (lata):	Dieta
Dieta 1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i siołczkach 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:

