

**Niedziela 11.08.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

|  |              |
|--|--------------|
| <b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serem topionym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną. |              |
| Chleb pszenno-żytni  | 90g- kromki  |
| Masło extra  | 10g          |
| Sałata zielona   | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka  | 70g          |
| Ser topiony  | 25g          |
| Pomidor  | 100g         |
| Ogórek kiszony   | 80g          |
| Herbata bez cukru  | 250 ml       |
| Cytryna  | 10g          |

|  |        |
|--|--------|
| <b>Obiad:</b> 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     |
| Udło z kurczaka  | 250g   |
| Olej rzepakowy   | 5ml    |
| Marchew  | 150g   |
| Jabłko   | 50g    |
| Chrzan   | 5g     |
| Jabłko (kompot)  | 50g    |

|  |               |
|--|---------------|
| <b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie, pieczeń rzymska, papryka, pomidor, herbata z cytryną. |               |
| Chleb pszenno-żytni  | 90g- 3 kromki |
| Masło extra  | 10g           |
| Sałata zielona   | 3 liście-15g  |
| Schab b/k  | 60g           |
| Marchew  | 40g           |
| Kukurydza konserwowa   | 5g            |
| Jajka  | 10g -1/5      |
| Olej rzepakowy   | 5ml           |
| Pomidor  | 100g          |
| Papryka czerwona   | 50g           |
| Herbata bez cukru  | 250 ml        |
| Cytryna  | 10g           |

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| <b>Kolacja II –Maślanka.</b> |        |
| Maślanka                     | 200 ml |

|   |   |
|---|---|
| <b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b> |   |
| Wartość energetyczna                            | 2197kcal                                      |
| Białko  | 130.26g                                       |
| Tłuszcz   | 77.58g ( tym nasycone 55.62g-<br>11% wart en) |
| Węglowodany ogółem                              | 258.44g ( w tym cukry 34.4g-<br>11%wart.en)   |
| Błonnik   | 28.51g  |
| Sól   | 5.32 g  |

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

|  |              |
|--|--------------|
| <b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem topionym i pomidorem , herbata z cytryną. |              |
| Chleb pszenno-żytni  | 90g- kromki  |
| Masło extra  | 10g          |
| Sałata zielona   | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka  | 70g          |
| Ser topiony  | 25g          |
| Pomidor bez skórki   | 100g         |
| Herbata bez cukru  | 250 ml       |
| Cytryna  | 10g          |

|   |        |
|---|--------|
| <b>Obiad:</b> 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 -tuszką   | 20g    |
| Ziemniaki   | 400g   |
| Koper   | 5g     |
| Udło z kurczaka   | 250g   |
| Olej rzepakowy  | 5ml    |
| Marchew   | 150g   |
| Groszek konserwowy  | 5g     |

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| <b>Podwieczorek:</b> Banan. |            |
| Banan                       | 1 szt-130g |

|   |               |
|---|---------------|
| <b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie, pieczeń rzymska, pomidor, herbata z cytryną. |               |
| Chleb pszenno-żytni   | 90g- 3 kromki |
| Masło extra   | 10g           |
| Sałata zielona  | 3 liście-15g  |
| Schab b/k   | 60g           |
| Marchew   | 40g           |
| Kukurydza konserwowa  | 5g            |
| Jajka   | 10g -1/5      |
| Olej rzepakowy  | 5ml           |
| Pomidor bez skórki  | 100g          |
| Herbata bez cukru   | 250 ml        |
| Cytryna   | 10g           |

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| <b>Kolacja II –Maślanka.</b> |        |
| Maślanka                     | 200 ml |

|   |   |
|---|---|
| <b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b> |   |
| Wartość energetyczna                            | 2270kcal                                  |
| Białko  | 130.24g                                   |
| Tłuszcz   | 77.25g ( tym nasycone 55.63g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem                              | 277.46g ( w tym cukry 51.92g-11%wart.en)  |
| Błonnik   | 27.69g                                    |
| Sól   | 5.3 g                                     |

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

|  |              |
|--|--------------|
| <b>Śniadanie:</b> Pieczywo graham z polędwicą sopocka, serkiem topionym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną. |              |
| Chleb graham   | 90g- kromki  |
| Masło extra  | 10g          |
| Sałata zielona   | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka  | 70g          |
| Ser topiony  | 25g          |
| Pomidor  | 100g         |
| Ogórek kiszony   | 80g          |
| Herbata bez cukru  | 250 ml       |
| Cytryna  | 10g          |

|  |        |
|--|--------|
| <b>Obiad:</b> 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 -tuszką  | 20g    |
| Ziemniaki  | 400g   |
| Koper  | 5g     |
| Udło z kurczaka  | 250g   |
| Olej rzepakowy   | 5ml    |
| Marchew  | 150g   |
| Jabłko   | 50g    |
| Chrzan   | 5g     |
| Jabłko (kompot)  | 50g    |

**Podwieczorek:** Gruszka.

|         |            |
|---------|------------|
| Gruszka | 1 szt-130g |
|---------|------------|

|  |               |
|--|---------------|
| <b>Kolacja:</b> Pieczywo graham, pieczeń rzymska, papryka, pomidor, herbata z cytryną. |               |
| Chleb graham   | 90g- 3 kromki |
| Masło extra  | 10g           |
| Sałata zielona   | 3 liście-15g  |
| Schab b/k  | 60g           |
| Marchew  | 40g           |
| Kukurydza konserwowa   | 5g            |
| Jajka  | 10g -1/5      |
| Olej rzepakowy   | 5ml           |
| Pomidor  | 100g          |
| Papryka czerwona   | 50g           |
| Herbata bez cukru  | 250 ml        |
| Cytryna  | 10g           |

|   |             |
|---|-------------|
| <b>Kolacja II :</b> Granola , jogurt naturalny. |             |
| Granola   | 20g         |
| Jogurt naturalny                                | 150 – 1 szt |

|   |   |
|---|---|
| <b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b> |   |
| Wartość energetyczna                            | 2312kcal                                      |
| Białko  | 131.24g                                       |
| Tłuszcz   | 83.63g ( tym nasycone 57.27g-<br>11% wart en) |

|                    |  |
|--------------------|--|
| Węglowodany ogółem | 276.99g ( w tym cukry 48.32g-12%wart.en) |
| Błonnik            | 38.82g                                   |
| Sól                | 5.18 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 – 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:

