

**Środa 14.02.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie</b> :Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z kremowym serkiem śmietankowym, miodem, dżemem i warzywami ,herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70 g– 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g – 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Miód	30g-1 szt
Dżem	30g- 1 szt
Kremowy serek śmietankowy	60g-2 szt
Papryka czerwona	50g
Ogórek świeży	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> : Zupa Solferino, pierogi leniwe z cynamonem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler ,pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Koncentrat pomidorowy	20g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Ser twarogowy	130g
Mąka pszenna	80g
Mąka ziemniaczana	40g
Ziemniaki	100g

Jajka	1/5-10g
Cynamon	1g
Ksylitol	5g
Jabłka (kompot)	50g

**Kolacja:** Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, serkiem topionym i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.

Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser żółty	70g
Serek topiony	20g
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

**Kolacja II :**Jogurt naturalny , grejpfrut.

Jogurt naturalny	1 szt – 150g
Grejpfrut	½ szt-100g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2306 kcal
Białko	109.18g
Tłuszcz	67.46g ( tym nasycone 21.77g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	356g ( w tym cukry 25.08g-10%wart.en)
Błonnik	26.25g
Sól	4.25 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytni z kremowym serkiem śmietankowym, miodem, dżemem i warzywami ,herbata z cytryną. herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70g – 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60 g– 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	60g-2 szt
Dżem	30g- 1 szt
Miód	30g-1 szt
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Zupa Solferino, pierogi leniwe z cynamonem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler ,pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Koncentrat pomidorowy	20g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Ser twarogowy	130
Mąka pszenna	80g
Mąka ziemniaczana	40g
Ziemniaki	100g
Jajka	1/5-10g

Cynamon	1g
Ksylitol	5g
Jabłka (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Galaretka z bananami.	
Banan	20g
Galaretka proszek	5g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, kremowym serkiem i pomidorem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser żółty	70g
Serek śmietankowy	30g- 1 szt
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2397 kcal
Białko	106.55g
Tłuszcz	66.59g ( tym nasycone 18.61g-10% wart en)

Węglowodany ogółem	357g ( w tym cukry 51.04g-11%wart.en)
Błonnik	26.9g
Sól	4.11 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Bułka graham , pieczywo graham z kremowym serkiem śmietankowym , twarogiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Bułka graham	70 g– 1 szt
Chleb graham	60 g– 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser twarogowy	70g-3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	30g- 1 szt
Papryka czerwona	50g
Ogórek świeży	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Zupa Solferino, pierogi leniwe z cynamonem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Koncentrat pomidorowy	20g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g

Ser twarogowy	130g
Mąka pszenna	80g
Mąka ziemniaczana	40g
Ziemniaki	100g
Jajka	1/5-10g
Cynamon	1g
Jabłka (kompot)	50g
<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny.	
Jogurt naturalny	150g- 1 szt

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham z serem żółtym, serkiem topionym i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser żółty	70g
Ser topiony	20g
Ogórek kiszony	100g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Sałatka ze świeżych warzyw.	
Kapusta pekińska	30g
Kukurydza konserwowa	5g
Pomidor	30g
Ogórek świeży	20g
Bazylia	1g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2359 kcal
Białko	114.17g
Tłuszcz	79.82g ( tym nasycone 25.15g-11% wart.en)
Węglowodany ogółem	312.521g ( w tym cukry 20.27g-10%wart.en)
Błonnik	33.72g
Sól	4.59 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 – ¼ 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 podstawowej.



Zdjęcie2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie3. Obiad w diecie podstawowej.





Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.