

**Piątek 16.02.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym, dżemem i warzywami, kawa zbożowa.	
Bułka kajzerka	60g – 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60 g– 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajko na twardo	25g 1/2szt
Serek śmietankowy	30g- 1 szt
Dżem	30g-1 szt
Szczypiorek	5g
Rzodkiewka	15g
Pomidor	100g
Mleko 2 %	200ml
Kawa zbożowa	5g

<b>Obiad:</b> Zupa pieczarkowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, surówka z kiszanej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron łazanka	30g
Pieczarka	50g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z miruny	200g

Kukurydza konserwowa	5g
Olej rzepakowy	5g
Mąka pszenna	10g
Koper	5g
Mąka pszenna	5g
Śmietana	5g
Kapusta kiszona	150g
Olej rzepakowy	5ml
Jabłko	50g
Marchewka	30g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, miód, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Miód	30g- 1 szt
Ser twarogowy	80g
Jogurt naturalny	10g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	100g
Szczypiorek	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Kisiel z jabłkiem	
Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2325kcal
Białko	111.59g
Tłuszcz	63.01g ( tym nasycone 19.06g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	343.43g ( w tym cukry 44.85g-12%wart.en)
Błonnik	32.07g
Sól	4.03 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym, dżemem i warzywami, kawa zbożowa.	
Bułka kajzerka	60g – 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g – 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajko na twardo	25g- 1/2szt
Serek śmietankowy	30g- 1 szt
Dżem	30g-1 szt
Pomidor bez skórki	100g
Mleko 2 %	200ml
Kawa zbożowa	5g

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, duszone warzywa, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron łazanka	30g
Natka pietruszki	5g

Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z miruny	200g
Kukurydza konserwowa	5g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Koper	5g
Mąka pszenna	5g
Śmietana	5g
Marchew	120g
Olej rzepakowy	5ml
Pietruszka	30g
Seler	10g
Jabłko (kompot)	50g

**Podwieczorek:** Pieczone jabłko.

Jabłko	1 szt-180g
--------	------------

**Kolacja:** Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, miód, herbata z cytryną.

Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Miód	30g- 1 szt

Ser twarogowy	80g
Jogurt naturalny	10g
Pomidor bez skórki	100g
Szczypiorek	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> : Kisiel z jabłkiem.	
Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2404kcal
Białko	110.37g
Tłuszcz	63.51g ( tym nasycone 20.7g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	365.47g ( w tym cukry 66.58g- 12%wart.en)
Błonnik	34.3g
Sól	4.25 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Bułka graham, pieczywo graham z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym i warzywami, kawa zbożowa.	
Bułka graham	60g – 1 szt
Chleb graham	60 g– 2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Jajko na twardo	25g- 1/2szt

Serek śmietankowy	30g- 1 szt
Szczypiorek	5g
Rzodkiewka	15g
Pomidor	100g
Mleko 2 %	200ml
Kawa zbożowa	5g

<b>Obiad:</b> Zupa pieczarkowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, surówka z kiszanej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron łazanka	30g
Pieczarka	50g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z miruny	200g
Kukurydza konserwowa	5g
Olej rzepakowy	5ml
Mąka pszenna	10g
Koper	5g
Mąka pszenna	5g
Śmietana18%	5g
Kapusta kiszona	150g
Olej rzepakowy	5g
Jabłko	50g

Marchewka	30g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Pieczona gruszka.	
Gruszka	1 szt-180g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham z pastą twarogową i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser twarogowy	80g
Jogurt naturalny	10g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	100g
Szczypiorek	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Kisiel z jabłkiem.	
Kisiel proszek	5g
Jabłko	50g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2269kcal
Białko	114.61g
Tłuszcz	70,28g ( tym nasycone 20.81g-11% wart.en)
Węglowodany ogółem	315.64g ( w tym cukry 53.22g-12%wart.en)

Błonnik	42.11g
Sól	4.3 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:



Zdjęcie1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.





Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie5. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie6. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.