

**Niedziela 17.03.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem śmietankowym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Serek śmietankowy	30g
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 z serem mozzarella i pomidorami ,herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazylią	3g
Oregano	3g
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2280kcal
Białko	125.14g
Tłuszcz	89.44 ( tym nasycone 55.62g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	257.02g ( w tym cukry 32.44g- 11%wart.en)
Błonnik	25.96g
Sól	4.9 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem śmietankowym i pomidorem , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Serek śmietankowy	30g
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> Jogurt owocowy, herbatniki.	
Jogurt owocowy	1 szt-150g
Herbatniki	20g-5 szt

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazylija	3g
Oregano	3g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2390kcal
Białko	133.44g
Tłuszcz	92.12g ( tym nasycone 55.63g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	296.8g ( w tym cukry 35.58g-11%wart.en)
Błonnik	24.26g
Sól	5 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo graham z polędwicą sopocka, serkiem śmietankowym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną	
Chleb graham	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Serek śmietankowy	30g
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

<b>Podwieczorek:</b> Gruszka, jogurt naturalny.	
Gruszka	1 szt-130g
Jogurt naturalny	1szt-150g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham z serem mozzarella i pomidorami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazylija	3g
Oregano	3g
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2336kcal
Białko	128.49g
Tłuszcz	91.27g ( tym nasycone 30.4g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	267.99g ( w tym cukry 45.9g- 12%wart.en)
Błonnik	35.89g
Sól	4.9g

<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 osobę wyznaczoną 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.

