

PIĄTEK 17.05.2024r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem, dżemem i dodatkami, kakao z mlekiem.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki- 90 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Kakao z mlekiem.	-

<b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno--parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml

Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pasztet warzywny z soczewicą i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	5 ml
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt naturalny z jabłkiem.	
Jogurt	1 sztuka
Jabłko	1 sztuka

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2413 kcal
Białko	89 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 35 g- 13 % wart. en)

Węglowodany ogółem	354 g (w tym cukry 70 g- 12 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4,31 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	50 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Herbatniki	
Herbatniki	50 g

<b>Kolacja:</b> Pasztet warzywny z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Pomidor	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt naturalny z jabłkiem.
-------------------------------------------------

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2612 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	84 g (w tym nasycone 35 g- 12%)
Węglowodany ogółem	388 g (w tym cukry 87 g – 13%)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,69 g

### **3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek kanapkowy do smarowania	3 sztuki - 90 g
Ser żółty	1 plaster
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa brokułowa z makaronem, ryba po grecku (pieczona w piecu konwekcyjno-parowym) z gotowanymi ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g

Brokuł	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny	120 g
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Kiszona kapusta	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

**Podwieczorek:** Gruszka – 1 sztuka 130g.

<b>Kolacja:</b> Pasztet warzywny z dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Soczewica	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml

Herbata z cytryną.	
--------------------	--

**II Kolacja:** Jogurt naturalny z jabłkiem.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2475 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 37 g- 13 %)
Węglowodany ogółem	358 g (w tym cukry 69 g- 11%)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	5 g

#### 4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	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 – $\frac{3}{4}$ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.





Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej i z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.