

Poniedziałek 24.06.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|--|-------------------|
| Śniadanie: Bułka maślana, pieczywo z szynką gotowaną, warzywami i miodem , herbata z cytryną. | |
| Bułka maślana | 70g – 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g – 2 kromki |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Masło extra | 10g |
| Szynka gotowana | 70 g– 3 plasterki |
| Miód | 1 szt-30g |
| Papryka czerwona | 50g |
| Ogórek konserwowy | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, ziemniaki, potrawka z kurczaka , surówka z kapusty białej, kompot. | |
| Włoszczyzna(marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Makaron | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Mięso z kurczaka | 230g |
| Marchew | 50g |
| Pietruszka | 30g |

| | |
|------------------|------|
| Natka pietruszki | 5g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Kapusta słodka | 150g |
| Ogórek świeży | 30g |
| Majonez | 10g |
| Jabłka (kompot) | 50g |

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, sałatą zieloną, serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną.

| | |
|---------------------------|----------------|
| Chleb pszenno-żytni | 90 g– 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Ser żółty | 70g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek kiszony | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

Kolacja II :Jogurt owocowy, herbatniki.

| | |
|----------------|--------------|
| Jogurt owocowy | 1 szt – 150g |
| Herbatniki | 5 szt-20g |

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych

| | |
|----------------------|--|
| Wartość energetyczna | 2286 kcal |
| Białko | 101g |
| Tłuszcz | 66.5g (tym nasycone 24.55g-11% wart en) |

| | |
|--------------------|------------------------------------|
| Węglowodany ogółem | 305g (w tym cukry 52g-12%wart.en) |
| Błonnik | 39g |
| Sól | 5.05 g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|--|-------------------|
| Śniadanie: Bułka maślana, pieczywo pszenno-żytnie z szynką gotowaną, warzywami i miodem, herbata z cytryną. | |
| Bułka maślana | 70 g– 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g – 2 kromki |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Masło extra | 10g |
| Szynka gotowana | 70g – 3 plasterki |
| Miód | 1 szt-30g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad : Zupa pomidorowa z makaronem, ziemniaki, potrawka z kurczaka z duszoną jarzyną, kompot. | |
| Włoszczyzna(marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Makaron | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Mięso z kurczaka | 230g |

| | |
|------------------|------|
| Marchew | 50g |
| Pietruszka | 30g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Marchew | 100g |
| Pietruszka | 50g |
| Groszek | 5g |
| Jabłka (kompot) | 50g |

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Podwieczorek: Budyń kakaowy. | |
| Mleko 2 % | 250ml |
| Budyń kakaowy ,proszek | 10g |

| | |
|--|----------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z serem żółtym, sałatą zieloną, serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną. | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Ser żółty | 70g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------------|
| Kolacja II : Jogurt owocowy, herbatniki. | |
| Jogurt owocowy | 1 szt – 150g |
| Herbatniki | 5 szt-20g |

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|---------------------------------------|
| Wartość energetyczna | 2278 kcal |
| Białko | 98g |
| Tłuszcz | 62.5g (tym nasycone 26g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 301g (w tym cukry 30g-10%wart.en) |
| Błonnik | 33g |
| Sól | 5 g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| Śniadanie: Bułka graham, pieczywo graham z szynką gotowaną i warzywami, herbata z cytryną. | |
|---|-------------------|
| Bułka graham | 70 g– 1 szt |
| Chleb graham | 60 g– 2 kromki |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Masło extra | 10g |
| Szynka gotowana | 70 g– 3 plasterki |
| Papryka czerwona | 50g |
| Ogórek konserwowy | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, ziemniaki, potrawka z kurczaka, surówka z kapusty białej, kompot. | |
|--|--------|
| Włoszczyzna(marchew , seler , pietruszka) | Po 30g |
| Makaron | 30g |
| Koncentrat pomidorowy | 20g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |

| | |
|------------------|------|
| Natka pietruszki | 5g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Mięso z kurczaka | 230g |
| Marchew | 50g |
| Pietruszka | 30g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18% | 10g |
| Kapusta słodka | 150g |
| Ogórek świeży | 30 |
| Majonez | 10g |
| Jabłka (kompot) | 50g |

| | |
|-------------------------------------|-------|
| Podwieczorek: Budyń kakaowy. | |
| Mleko 2 % | 250ml |
| Budyń kakaowy ,proszek | 10g |

| | |
|--|----------------|
| Kolacja: Pieczywo graham z serem żółtym, sałatą zieloną, serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną. | |
| Chleb graham | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Kremowy serek śmietankowy | 1 szt-30g |
| Ser żółty | 70g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek kiszony | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |

| | |
|---------|-----|
| Cytryna | 10g |
|---------|-----|

| | |
|---|--------------|
| Kolacja II :Jogurt naturalny, gruszka. | |
| Jogurt naturalny | 1 szt – 150g |
| Gruszka | 170g – 1 szt |

| | |
|---|---------------------------------------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| Wartość energetyczna | 2386 kcal |
| Białko | 105g |
| Tłuszcz | 63.5g (tym nasycone 29g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 321g (w tym cukry 81g-12%wart.en) |
| Błonnik | 44g |
| Sól | 4.09 g |

| | |
|-------------------------------|---|
| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
| 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. Obiad w diecie podstawowej oraz w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.