

Środa 28.08.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|---|----------------|
| Śniadanie :Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką, warzywami i dżemem, herbata z cytryną. | |
| Bułka kajzerka | 70 g– 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g – 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Dżem | 30g- 1 szt |
| Papryka czerwona | 50g |
| Ogórek świeży | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|---------|
| Obiad :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 | 150g |
| 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 |

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych

| | |
|----------------------|---|
| 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

| | |
|---|----------------|
| Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką, warzywami i dżemem, herbata z cytryną. | |
| Bułka kajzerka | 70g – 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60 g– 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Safata zielona | 3 liście-15g |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Dżem | 30g- 1 szt |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|---------|
| Obiad: 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 |
|-----------------|-----|

| | |
|--|-----|
| Podwieczorek: Galaretka z bananami. | |
| Banan | 20g |
| Galaretka proszek | 5g |

| | |
|--|--------------|
| Kolacja: 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 |

| | |
|---|--------------|
| Kolacja II : Jogurt naturalny, jabłko. | |
| Jogurt naturalny | 1 szt – 150g |
| Jabłko | 180g- 1 szt |

| | |
|---|---|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| 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

| | |
|--|----------------|
| Śniadanie: Bułka graham , pieczywo graham z polędwicą sopocką, serkiem kremowym 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 |
| Polędwica sopocka | 70g |
| Serek śmietankowy | 30g- 1 szt |
| Papryka czerwona | 50g |
| Ogórek świeży | 70g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: 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 |
| Podwieczorek: Jogurt naturalny. | |
| Jogurt naturalny | 150g- 1 szt |

| | |
|--|--------------|
| Kolacja: 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 |

| | |
|---|-----|
| Kolacja II : Sałatka ze świeżych warzyw. | |
| Kapusta pekińska | 30g |
| Kukurydza konserwowa | 5g |
| Pomidor | 30g |
| Ogórek świeży | 20g |
| Bazylija | 1g |

| | |
|---|-----------|
| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
| 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 |

| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
|-------------------------------|---|
| Dzieci w wieku (lata): | Dieta |
| Dieta 1-3 | Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i siołczkach 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. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie2. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie3. II Kolacja w diecie łatwostrawnej.