

Sobota 30.03.2024

1 DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z kremowym serkiem śmietankowym ,dżemem i warzywami, herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70g- 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	60- 2 sztuki
Dżem	1szt
Miód	1 szt-30g
Ogórek świeży	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad: Żurek z ziemniakami, makaron z serem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Żurek	10g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Makaron	140g
Ser biały	120g
Masło extra	10g
Ksylitol	3g
Jabłko(kompot)	50g

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką caprese , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazyli	1g
Oregano	1g
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II : Ryż z jabłkami i cynamonem.	
Ryż	60g
Jabłka	150g
Cynamon	1g
Ksylitol	5g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2231 kcal
Białko	103g
Tłuszcz	74g (tym nasycone 30g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	355g (w tym cukry 45g-10%wart.en)
Błonnik	38g
Sól	3.94 g

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z kremowym serkiem śmietankowym, dżemem i warzywami, herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70g- 1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	60g-2 sztuki
Dżem	1 szt-30g
Miód	1szt-30g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g
Obiad: Żurek z ziemniakami, makaron z serem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Żurek	10g
Mąka pszenna	10
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Makaron	140g
Ser biały	120g
Masło extra	10g
Ksylitol	3g
Jabłko(kompot)	50g

Podwieczorek:_Kefir

Kefir	200 ml
-------	--------

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z sałatką caprese, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g-3 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazylia	1g
Oregano	1g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II : Ryż z jabłkami i cynamonem.	
Ryż	60g
Jabłka	150g
Cynamon	1g
Ksylitol	5g
Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2388 kcal
Białko	105g
Tłuszcz	74g (tym nasycone 31g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 55g-11%wart.en)
Błonnik	31g
Sól	4.81g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Bułka graham, pieczywo graham z kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną.	
Bułka graham	70g- 1 szt
Chleb graham	60g-2 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	60g- 2 sztuki
Papryka czerwona	50g
Ogórek świeży	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad: Żurek z ziemniakami, makaron razowy z serem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Ziemniaki	300g
Żurek	10g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Makaron razowy	140g
Ser biały	120g
Masło extra	10g
Ksylitol	3g
Jabłko(kompot)	50g

Podwieczorek: _Kefir

Kefir	200 ml
-------	--------

Kolacja: Pieczywo graham z sałatką caprese, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser mozzarella	60g
Bazylia	1g
Oregano	1g
Pomidor	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II: Jogurt z musli i jabłkiem.	
Jogurt naturalny	150g- 1 szt
Jabłko	50g
Musli	20g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2277 kcal
Białko	105g
Tłuszcz	77g (tym nasycone 32g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	295g (w tym cukry 61g-11%wart.en)
Błonnik	33g
Sól	4.33 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: