

**Wtorek 30.01.2024**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

Śniadanie: _Pieczywo pszenno-żytnie z serkiem śmietankowym , serem żółtym i warzywami , herbata cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15
Ser żółty	70g – 3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	1szt-30g
Ogórek konserwowy	80g
Papryka czerwona	80g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

Obiad: _Zupa kalafiorowa z makaronem , ziemniaki , filet z kurczaka duszony w sosie pietruszkowym, surówka z marchewki , kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Kalafior	50g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g

Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Pietruszka natka	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Jabłko	50g
Jabłko (kompot)	50

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką , twarogiem i warzywami , dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15
Polędwica sopocka	60g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	80g
Dżem	30g- 1 szt
Twaróg	20g – 1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Serek homogenizowany , wafle ryżowe.	
Serek homogenizowany	150g – 1 szt
Wafle ryżowe	15g – 3 szt

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2337 kcal
Białko	123.22g
Tłuszcz	78.22g ( tym nasycone 21.07g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	299.98g ( w tym cukry48.62g-11%wart.en)
Błonnik	28.96g
Sól	5.12g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

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

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem , ziemniaki z duszonym filetem w sosie pietruszkowym, marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Pietruszka natka	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Groszek	5g
Jabłko (kompot)	50g

Podwieczorek: Budyń.	
Mleko 2 %	250ml

Budyń proszek	5g
---------------	----

Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z polędwica sopocką, twarogiem i warzywami , dżem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	60g-3 plasterki
Pomidor bez skórki	100g
Dżem	30g- 1 szt
Twaróg	20g-1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Serek homogenizowany.	
Serek homogenizowany	150g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2453kcal
Białko	130,31g
Tłuszcz	91.22g ( tym nasycone 24.81g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	290.44g ( w tym cukry 36.8g-10%wart.en)
Błonnik	24.89g
Sól	4.7g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Śniadanie :Pieczywo graham z serkiem śmietankowym , serem żółtym i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g-3 kromki
Masło extra	10g
Ser żółty	70g- 3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	1 szt-30g
Ogórek konserwowy	80g
Papryka czerwona	80g
Sałata zielona	3 liście-15g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem , ziemniaki z duszonym filetem w sosie pietruszkowym, surówka z marchewki, kompot.	
Włoszczyzna(marchew, pietruszka ,seler)	60g
Makaron	30g
Kalafior	50g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Natka pietruszki	5g
Sól	1g
Ziemniaki	400g
Koper	5g

Filet z kurczaka	150g
Pietruszka natka	5g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Olej rzepakowy	5ml
Sól	1g
Marchew	150g
Jabłko	50g
Jabłko (kompot)	50g

Podwieczorek: Budyń.	
Mleko 2 %	250ml
Budyń proszek	5g

Kolacja: Pieczywo graham z polędwicą sopocką , twarogiem i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3kromki
Masło ekstra	10g
Sałata zielona	3 liście-15
Polędwica sopocka	60g
Pomidor	100g
Ogórek świeży	80g
Twaróg	20g – 1 plasterek
Herbata bez cukru	250 ml

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

Kolacja II Jogurt naturalny z granolą.	
Jogurt naturalny	150g-1 szt
Granola	20g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2273kcal
Białko	124.2g
Tłuszcz	83.48g ( tym nasycone 24.08g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	273.97g ( w tym cukry 46.39g-10%wart.en)
Błonnik	37.64g
Sól	5,12g

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 zaleconej 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. Śniadanie w diecie podstawowej.**



**Zdjęcie2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.**



**Zdjęcie3. Podwieczerek w diecie łatwostrawnej.**

