

Data: Piątek 20.10.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: 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	2 sztuki - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Jabłko pieczone	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: 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

Kolacja: Pasztet warzywny z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Ogórek kiszony	100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Marchew, pietruszka, seler	30 g
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kanapka z twarogiem i pomidorem.	
Chleb pszenno-żytni	1 kromka - 30 g
Ser twarogowy	30 g
Masło	10 g
Pomidor	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2119 kcal
Białko	75 g
Tłuszcz	71 g (w tym nasycone 28 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	306 g (w tym cukry 49 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	2,5 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: 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	2 sztuki - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Jabłko pieczone	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: 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
Olej rzepakowy	5 ml
Przecier pomidorowy	10 g
Włoszczyzna	30 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Kakaowa kasza manna.	
Kasza manna	20 g
Mleko	200 ml
Kakao, ksylitol	Do smaku.

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

II Kolacja: Kanapka z twarogiem i pomidorem.	
Chleb pszenno-żytni	1 kromka - 30 g
Ser twarogowy	30 g
Masło	10 g
Pomidor	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2308 kcal
Białko	82 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 60 g)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: 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	2 sztuki - 60 g
Ser żółty	1 plaster
Ogórek	100 g
Jabłko	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: 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.

Kolacja: Paszтет 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
Kasza manna	20 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kanapka z twarogiem i pomidorem.

Chleb pszenno-żytni	1 kromka - 30 g
Ser twarogowy	30 g
Masło	10 g
Pomidor	50 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2155 kcal
Białko	81 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 48 g)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	3,3 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 – 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. Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie łatwostrawnej



Zdjęcie 3. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zdjęcie nr 4. Obiad w diecie podstawowej