

Data: PONIEDZIAŁEK 06.11.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	40 g – 2 plastry
Dżem	30 g – 1 sztuka
Pomidor, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem i kukurydzą z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola biała	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso z kurczaka	100 g
Marchew, groszek zielony, kukurydza	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki -60 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	50 g -2 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z chrupkami kukurydzianymi.	
Jogurt owocowy	1 sztuka
Chrupki kukurydziane	30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	98 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 26 g- 11 % wart. en)

Węglowodany ogółem	305 g (w tym cukry 52 g- 10 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	5,07 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Maśło extra	10 g
Bułka maślana	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	40 g – 2 plastry
Dżem	30 g – 1 sztuka
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem i kukurydzą z ziemniakami i sałata, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso z kurczaka	100 g
Marchew, groszek zielony, kukurydza	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Sałata	listki
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: Koktajl bananowy	
Banan	60 g
Mleko, kefir	Po 100 ml

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki -60 g
Maśło extra	10 g
Ser żółty	50 g -2 plastry
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt owocowy z chrupkami kukurydzianymi.	
Jogurt owocowy	1 sztuka
Chrupki kukurydziane	30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2103 kcal
Białko	95 g
Tłuszcz	62g (w tym nasycone 33 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 30 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5,26 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 70 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Pomidor, ogórek konserwowy	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, potrawka z kurczaka z marchewką, groszkiem i kukurydzą z ziemniakami i surówką z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola biała	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso z kurczaka	100 g
Marchew, groszek zielony, kukurydza	Po 20 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta biała	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: Koktajl bananowy	
Banan	60 g
Mleko, kefir	Po 100 ml

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki -60 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	50 g -2 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny z gruszką	
Jogurt naturalny	1 sztuka
Gruszka	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2225 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	63,5g (w tym nasycone 29 g)
Węglowodany ogółem	321 g (w tym cukry 83 g- 15 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	41 g
Sól	5,34 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie lekkostrawnej.