

Data: SOBOTA 4.11.2023.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha	40 g – 2 plastry
Dżem	30g -1 sztuka
Ogórek, papryka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pieczarkowa z makaronem, pulpety w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i surówką z kapustą pekińską, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Pieczarki	70 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koper	5 g
Schab	100 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z sałatką jarzynową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
Groszek zielony, kukurydza	Po 10
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jogurt naturalny, majonez	20 ml, 2
Jaja	0,5 sztuki
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Maślanka – 1 sztuka.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2098 kcal
Białko	88 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 20 g- 8 % wart. en)
Węglowodany ogółem	283 g (w tym cukry 55 g- 10 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	2,73 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha	40 g – 2 plastry
Dżem	30g -1 sztuka
Pomidor, sałata	-
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem, pulpety w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i zieloną sałatą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koper	5 g
Schab	100 g
Zielona sałata	-
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek</b>	
Jabłko tarte	1 sztuka

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z sałatką jarzynową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
Groszek zielony, kukurydza	Po 10
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jogurt naturalny, majonez	20 ml, 2
Jaja	0,5 sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Maślanka – 1 sztuka.
---

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2173 kcal
Białko	88 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 20 g- 8 % wart. en)
Węglowodany ogółem	302 g (w tym cukry 69 g- 13 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	28 g
Sól	2,74 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta z dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka krucha	60 g – 3 plastry
Ogórek, papryka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa pieczarkowa z makaronem, pulpety w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i kapustą pekińską, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Pieczarki	70 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza jęczmienna	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koper	5 g
Schab	100 g
Kapusta pekińska, ogórek i kukuryza	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek</b>	
Jabłko	1 sztuka

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z sałatką jarzynową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Marchew, pietruszka, seler, ziemniak	Po 30 g
Groszek zielony, kukurydza	Po 10
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Jogurt naturalny, majonez	20 ml, 2
Jaja	0,5 sztuki
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt naturalny – 1 sztuka.
---

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2131 kcal
Białko	85 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 21 g- 9 % wart. en)
Węglowodany ogółem	297g (w tym cukry 61 g- 11 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	28 g
Sól	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 – $\frac{3}{4}$ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.