

Data: ŚRODA 08.11.2023 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, miodem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Ogórek	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	3 plastry – 60 g
Pasztet pieczony	1 plaster- 30 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron (powinien być ten w kształcie ryżu)	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2280 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	77,4 g (w tym nasycone 29 g- 11% wart. En)
Węglowodany ogółem	308 g (w tym cukry 49 g- 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, miodem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: wafle ryżowe i banan	
Wafle ryżowe	3 szt.
Banan	1 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	3 plastry – 60 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
Makaron	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Sałata	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2400 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	322 g (w tym cukry 61 g)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6,25 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy	100 g
Ogórek	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Pieczarki	70 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
chrzan	5 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka 1 sztuka	
---------------------------------------	--

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	3 plastry – 60 g
Pasztet pieczony	1 plaster- 30 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka z makaronem i warzywami	
makaron	50 g
Kukurydza konserwowa	10 g
Kapusta pekińska	50 g
Pomidor	50 g
Jogurt naturalny	20 g
Majonez	2 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2232 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	80g (w tym nasycone 30 g)
Węglowodany ogółem	284 g (w tym cukry 42 g)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	5,52 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 1. Kolacja w diecie podstawowej.



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