

Środa 17.01.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym, polędwicą sopocką i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Ser żółty	60g
Polędwica sopocka	60g
Ogórek świeży	80g
Pomidor	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad : Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, schab duszony w sosie własnym, sałata zielona z ogórkiem, jogurtem naturalnym i koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g
Koncentrat pomidorowy	20g
Ryż	30g

Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Sałata zielona	20 g– 4 liście
Ogórek świeży	80g
Jogurt naturalny	10g
Koper	5g
Jabłka (kompot)	50g

Kolacja :Bułka grahamka, pieczywo pszenno-żytnie ,ser twarogowy, dżem, warzywa, herbata z cytryną	
Bułka grahamka	70 g– 1 szt.
Chleb pszenno-żytni	60g – 2 kromki
Masło extra	10 g

Sałata zielona	3 liście
Ser twarogowy	100g
Papryka czerwona	80g
Dżem	2 szt-60g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Maślanka , jabłko	
Maślanka	200 ml
Jabłko	180g-1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2361 kcal
Białko	107g
Tłuszcz	67.5g (tym nasycone 21.55g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	325g (w tym cukry55.72g-11%wart.en)
Błonnik	31g
Sól	5g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie : Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocką, kremowym serkiem śmietankowym i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Kremowy serek śmietankowy	2 szt-60g
Polędwica sopocka	60g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad : Zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, schab duszony w sosie własnym, sałata zielona z jogurtem naturalnym i koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, pietruszka , seler)	Po 30g
Koncentrat pomidorowy	20g
Ryż	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g

Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Sałata zielona	20g – 4 liście
Jogurt naturalny	10g
Koper	5g
Jabłka (kompot)	50g

Podwieczorek: Kisiel owocowy	
Kisiel proszek	5g

Kolacja : Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie, ser twarogowy, dżem, warzywa , herbata z cytryną	
Bułka kajzerka	70g – 1 szt.
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło extra	10g

Sałata zielona	3 liście
Pomidor bez skórki	100g
Ser twarogowy	100g
Dżem	2 szt-60g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Kolacja II Maślanka , jabłko	
Maślanka	200 ml
Chrupki kukurydziane	10g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych	
Wartość energetyczna	2312 kcal
Białko	117g
Tłuszcz	60.5g (tym nasycone 19.28g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	350g (w tym cukry 37.69g-10% wart.en)
Błonnik	32g
Sól	4.9 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo graham z polędwicą sopocką, kremowym serkiem i warzywami, herbata z cytryną	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Kremowy serek śmietankowy	2 szt-60g
Polędwica sopocka	60g
Ogórek świeży	80g
Pomidor	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

Obiad : Zupa pomidorowa z ryżem ,ziemniaki, schab duszony w sosie własnym, sałata zielona z ogórkiem, jogurtem naturalnym i koperkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew ,pietruszka , seler)	Po 30g
Koncentrat pomidorowy	20g
Ryż	30g

Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Sałata zielona	20 g– 4 liście
Ogórek świeży	80g
Jogurt naturalny	10g
Koper	5g
Jabłka (kompot)	50g

Podwieczorek: Kisiel owocowy

Kisiel proszek	5g
----------------	----

Kolacja :Bułka grahamka, pieczywo graham, ser twarogowy, warzywa, herbata z cytryną.

Bułka grahamka	70g – 1 szt.
Chleb graham	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście
Ser twarogowy	100g
Papryka czerwona	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

II Kolacja: Jogurt naturalny ,jabłko

Jogurt naturalny	150g-1 szt
Jabłko	1szt-150g

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 – $\frac{3}{4}$ 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 zalecanej 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.