

Data: Wtorek 07.11.2023.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo, szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Miód	30 g – 1 sztuka
Kiełbasa drobiowa	40 g – 2 plastry
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa żurek z ziemniakami, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek w proszku	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	100 g
Jaja	25 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i sałatką warzywną, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki -60 g
Masło extra	10 g
Serek topiony	50 g
Ogórek, pomidor, papryka, ogórek kiszony, sałata.	Po 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g

Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2246 kcal
Białko	88 g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	325 g (w tym cukry 44 g- 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3,09 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo, szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka - 60 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Miód	30 g – 1 sztuka
Kiełbasa drobiowa	40 g – 2 plastry
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa żurek z ziemniakami, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek w proszku	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	100 g
Jaja	25 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczerek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g
Bitą śmietana w sprayu	5 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki -60 g
Masło extra	10 g
Serek topiony	50 g
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2335 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 33 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 49 g- 8 % wart. En)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	3,26 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo, szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka - 60 g
Jaja	50 g – 1 sztuka
Kiełbasa drobiowa	60 g – 3 plastry
Papryka czerwona, ogórek	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa żurek z ziemniakami, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną i gotowany kalafior, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek w proszku	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18%	15 g
Schab	100 g
Jaja	25 g
Olej rzepakowy	10 ml
Kasza jęczmienna	70 g
Śmietana 18%	15g
Koperek	10 g
Kalafior	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i sałatką warzywną, herbata.	
Chleb graham	2 kromki -60 g
Masło extra	10 g
Serek topiony	50 g
Ogórek, pomidor, papryka, ogórek kiszony, sałata.	Po 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Pieczona owsianka z jabłkami.	
Jabłko	100 g
Płatki owsiane	30 g
Ksylitol	5 g
Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2213 kcal
Białko	92 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 31 g – 12 %)
Węglowodany ogółem	308 g (w tym cukry 48 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	3,23 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 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. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 4. Obiad w diecie łatwostrawnej, podstawowej oraz z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.