

Data: Wtorek 24.10.2023.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> 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.	

<b>Obiad:</b> 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

<b>Kolacja:</b> 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.	

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

Cynamon	Do smaku
Mleko 2%	150 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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

<b>Śniadanie:</b> 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.	

<b>Obiad:</b> 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

<b>Podwieczorek:</b> Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g
Bitą śmietana w sprayu	5 g

<b>Kolacja:</b> 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.	

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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.

<b>Śniadanie:</b> 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.	

<b>Obiad:</b> 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

<b>Podwieczorek:</b> Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jogurt naturalny	100 g

<b>Kolacja:</b> 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.	

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

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
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 – 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.
- Zdjęcia posiłków:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów



Zdjęcie 3. Obiad w diecie podstawowej



Zdjęcie 4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej