

WTOREK 12.11.2024

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie ze szpinakiem, ziemniaki, surówka z białej kapusty.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	10 g
Szpinak	50 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Serek wiejski	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Jogurt naturalny – 1 szt.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2091 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	53 g (w tym nasycone 20 g- 8 % wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 30 g- 6% wart. en )
Błonnik pokarmowy	28 g
Sól	5,42 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa jarzynowa z makaronem, filet z kurczaka ze szpinakiem w sosie, ziemniaki, sałata zielona.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	10 g
Szpinak	50 g
Ziemniaki	400 g
Sałata zielona z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku.	
Budyń	5 g
Mleko	200 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Serek wiejski	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Jogurt Nat -1 szt.
---------------------------------------

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2160 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	57 g (w tym nasycone 24 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	309g (w tym cukry 50 g- 10% wart. en )
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,6 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka krucha z fileta	3 plastry - 60 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie ze szpinakiem, ziemniaki, surówka z białej kapusty.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Fasola	50 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	10 g
Szpinak	50 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Podwieczorek:</b> Budyń na mleku.	
Budyń	5 g
Mleko	200 ml

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Serek wiejski	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Jogurt naturalny – 1 szt.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2050 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 24g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 50 g- 10 % wart. en )
Błonnik pokarmowy	33 g

Sól	5,4 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.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



- II kolacja w diecie podstawowej.



2. Kolacja w diecie łatwostrawnej.