

SOBOTA 16.11. 2024 R.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, filet w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, kapusta pekińska, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Pieczarki	50 g
Śmietana 18%	10 g
Kasza jęczmienna	70 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, majonez	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynka drobiową, herbata.	
Szynka drobiowa	60 g -3 plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Sałata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	1921 kcal
Białko	98 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 18 g- 8 % wart. en)
Węglowodany ogółem	262 g (w tym cukry 34 g- 7% wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,28 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, filet w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, sałata zielona z jogurtem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koper	-
Śmietana 18%	10 g

Kasza jęczmienna	70 g
Salata z jog	-
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	Bułka maślana
----------------------	---------------

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Szynka drobiowa	60 g -3plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2064 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 17 g- 7%)
Węglowodany ogółem	294 g (w tym cukry 30g- 6%)
Błonnik pokarmowy	20 g
Sól	5,89 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	60 g – 3 plastry
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem, filet w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, kapusta pekińska, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ryż	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Pieczarki	50 g
Śmietana 18%	10 g
Kasza jęczmienna	70 g
Kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, majonez	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
PODWIECZOREK:	Gruszka – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z szynką drobiową i dodatkami, herbata.	
Szynka drobiowa	60 g -3 plastry
Masło extra	10 g
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Salata zielona	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.) z granolą (20g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	1933 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 18 g – 8%)
Węglowodany ogółem	268 g (w tym cukry 35 g- 7%)
Błonnik pokarmowy	34g
Sól	5,5 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 osobę wyznaczoną 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.