

WTOREK 19.11.2024 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry - 60 g
Pomidor	100
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z zielonego groszku z ptysiami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, coleslaw.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek mrożony	50 g
Groszek ptysiowy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mąka	5 g
Śmietana	10 g
Ziemiaki	400 g
Biała kapusta, marchewka	150 g
Majonez, jogurt Nat.	10 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Pomidor, ogórek, rzodkiewka	100 g
Ser biały	120 g
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	
II Kolacja: Kisiel, jabłko.	

Kisiel	5 g
Jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	1940 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	55 g (w tym nasycone 22 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	280 g (w tym cukry 38 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	5,39 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry - 60 g
Pomidor	100
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z zielonego groszku z ptysiami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, sałata z jogurtem.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek mrożony	50 g
Groszek ptysiówy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka	5 g
Śmietana	10 g
Ziemniaki	400 g
Sałata + jogurt Nat.	10 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

Podwieczorek: koktajl bananowy

Kefir	200 ml
Banan	100 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Ser biały	120 g
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kisiel, jabłko.	
Kisiel	5 g
Jabłko	1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2110 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 25 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 60 g- 12 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry - 60 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z zielonego groszku z ptysiami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, coleslaw.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek mrożony	50 g
Groszek ptysiowy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka	5 g
Śmietana	10 g
Ziemiaki	400 g
Biała kapusta, marchewka	150 g
Majonez, jogurt Nat.	10 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: koktajl bananowy

Kefir	200 ml
Banan	100 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek, rzodkiewka	100 g
Ser biały	120 g
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kisiel, jabłko.	
Kisiel	5 g
Jabłko	1 sztuka
Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	

Wartość energetyczna	2110 kcal
Białko	106 g
Tłuszcz	56 g (w tym nasycone 25 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	308 g (w tym cukry 60 g- 12 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	6 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.

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:

Zdjęcie1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie2. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 3. II Kolacja w dietach.

