

CZWARTEK 21.11.2024r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna	30 g
Śmietana 18%	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Serek do smarowania	1 sztuka
Sałata zielona	Listki
Szynka	2 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Skyr waniliowy – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2286 kcal
Białko	103 g
Tłuszcz	79 g (w tym nasycone 33 g- 13% wart. en)
Węglowodany ogółem	302 g (w tym cukry 40 g- 7 % wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6,5 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno- parowym) z ziemniakami i sałatą zieloną, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Sałata z jogurtem	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Serek do smarowania	1 sztuka
Salata zielona	Listki
Szynka	2 plastry
Pomidor	100 g

II Kolacja: Skyr waniliowy.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2406 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	83 g (w tym nasycone 36 g- 13%)
Węglowodany ogółem	316 g (w tym cukry 55 g -9 %)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką wieprzową gotowaną i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	3 plastry
Pomidor	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krupnik, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i czerwoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Czerwona kapusta z dodatkami	130 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Proszek budyniowy bez cukru	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser topiony	50 g
Serek do smarowania	1 sztuka
Sałata zielona	Listki
Szynka	2 plastry
Ogórek	100 g

II Kolacja: Skyr naturalny – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2299 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	82 g (w tym nasycone 36 g- 15%)
Węglowodany ogółem	316 g (w tym cukry 26 g -5 %)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	6 g

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.

1. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
2. 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 zaleconej dla danego Pacjenta diety.
3. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
4. Zdjęcia posiłków:

Zdjęcie1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie2. Podwieczorek w dietach.



Zdjęcie3. II Kolacja w diecie podstawowej.



Zdjęcie4. II Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



