

WTOREK 14.01.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Pol. Sop.	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek kiszony, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, buraki gotowane.	
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	20 g
Pieczarki	50 g
Kasza	70 g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: 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, ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2125 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 16 g- 7% wart. en)
Węglowodany ogółem	286 g (w tym cukry 44g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	2,42 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Pol. Sop.	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, filet w sosie śmietanowym, kasza jęczmienna, buraki gotowane.	
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	20 g
Kasza	70 g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku.	
Budyń	5 g
Mleko	200 ml

Kolacja: 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.	

II Kolacja: bułka maślana.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2096 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 18 g- 8% wart. en)
Węglowodany ogółem	237g (w tym cukry 59 g- 11 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	5,6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	100 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Pol. Sop.	3 plastry - 60 g
Kremowy serek	1 sztuka
Ogórek kiszony, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, buraki gotowane.	
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	20 g
Pieczarki	50 g
Kasza	70 g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku.

Budyń	5 g
Mleko	200 ml

Kolacja: 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, ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2124 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 30 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	261 g (w tym cukry 45 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 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.

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 zaleconej 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:



1. Śniadanie w diecie podstawowej.



2. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i łatwostrawnej.