

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 |
| Sałata zielona | Listki |
| Pomidor, ogórek | 100 g |
| Herbata z cytryną. | |

II Kolacja: Bułka maślana.

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych: | |
|--|---|
| 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

| 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 kakaowy na mleku. | |
| Budyń | 5 g |
| Mleko | 200 ml |
| kakao | 1 |

| | |
|---|-----------------|
| 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 | 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.

| | |
|--|------------------|
| 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 kakaowy na mleku.

| | |
|-------|--------|
| Budyń | 5 g |
| Mleko | 200 ml |
| Kakao | 1 |

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.

| | |
|--------------------|-----------------|
| Chleb graham | 3 kromki -100 g |
| Serek wiejski | 1 sztuka. |
| Masło extra | 10 g |
| Sałata zielona | Listki |
| Pomidor, ogórek | 100 g |
| Herbata z cytryną. | |

II Kolacja: Jogurt naturalny – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

| | |
|----------------------|---|
| 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 |
| | |

1. 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: