

ŚRODA 15.01.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 szt.
Masło extra	10 g
Polędwica	3 plastry - 60 g
Miód	1 sztuka
Ogórek konserwowy, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ziemniaczana, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą, marchewka surówka.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana	10 g
Kasza jęczmienna	100 g
Marchew, jabłko, chrzan	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem kremowym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Serek twarogowy	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Ogórek/ papryka	100 g
Kiełbasa drobiowa	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2488 kcal
Białko	128 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 27 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	350 g (w tym cukry 37 g- 6% wart. en)
Błonnik pokarmowy	20 g
Sól	6,26 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 szt.
Masło extra	10 g
Polędwica	3 plastry - 60 g
Miód	1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ziemniaczana, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z kaszą, marchewka gotowana z groszkiem.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana	10 g
Kasza jęczmienna	100 g

Marchew, groszek	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jabłko pieczone, herbatki – 1 op.

Kolacja: Pieczywo z serkiem kremowym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Serek twarogowy	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek zielony	100 g
Kiełbasa drobiowa	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2558 kcal
Białko	129 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 27,5 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	369g (w tym cukry 50 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	21 g
Sól	5,3 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	1 szt.
Masło extra	10 g
Polędwica	3 plastry - 60 g
Ogórek konserwowy, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa ziemniaczana, pulpety ze schabu w sosie koperkowym z surówką z marchewki.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Ziemniaki	300 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana	10 g
Kasza jęczmienna	100 g
Marchew, jabłko, chrzan	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jabłko – nie pieczone.

Kolacja: Pieczywo z serkiem kremowym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Serek twarogowy	1 sztuka.
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek/ papryka	100 g
Kiełbasa drobiowa	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2263 kcal
Białko	111 g

Tłuszcz	61 g (w tym nasycone 25 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	331 g (w tym cukry 32 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	3,13 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. Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



2. II kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



3. II kolacja w diecie podstawowej.