

CZWARTEK 16.01.2025 r.

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 brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i warzywami duszonymi w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew, pietruszka, seler, koncentrat	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z jajkiem na twardo z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Jaja	1 sztuka
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki

Szynka	2 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Skyr waniliowy – 1 sztuka, granola 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2372 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 31 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 30 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	6 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
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i warzywami duszonymi w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka

Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Marchew, pietruszka, seler, koncentrat	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa	
Galaretka	5 g
Jog Nat	200 g

Kolacja: Pieczywo z jajkiem na twardo z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Jaja	1 sztuka
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Szynka	2 plastry
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Skyr waniliowy, granola 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2497 kcal
Białko	126 g
Tłuszcz	84 g (w tym nasycone 33 g- 12%)
Węglowodany ogółem	317 g (w tym cukry 38 g- 6%)
Błonnik pokarmowy	35 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
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i surówką z czerwonej kapusty, kompot.

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	10 g
brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Kapusta czerwona z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczerek: Galaretka jogurtowa

Galaretka	5 g
Jog Nat	200 g

Kolacja: Pieczywo z jajkiem na twardo z dodatkami, herbata.

Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Jaja	1 sztuka
Ser topiony	50 g
Sałata zielona	Listki
Szynka	2 plastry
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Skyr naturalny – 1 sztuka, granola 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2462 kcal
Białko	131 g
Tłuszcz	85 g (w tym nasycone 28 g- 10%)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 30 g - 5%)
Błonnik pokarmowy	33 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 zalecanej 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:



1. Kolacja w diecie podstawowej.



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