

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	2000 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 28 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	263 g (w tym cukry 27 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	24 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	2116 kcal
Białko	103 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 13%)
Węglowodany ogółem	278 g (w tym cukry 38g- 7%)
Błonnik pokarmowy	23 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
Udko 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	2028 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 13%)
Węglowodany ogółem	256 g (w tym cukry 31 g -6%)
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 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



2. Kolacja w diecie podstawowej.



3. II kolacja w diecie łatwostrawnej.