

**Poniedziałek 06.01.2025**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową , jajkiem i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90 g– 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	60g
Jajko na twardo	1szt-50g
Ogórek kiszony	70g
Rzodkiewka	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Lane ciasto na rosole, ziemniaki ,schab gotowany w sosie własnym, buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (pietruszka , marchew , seler)	Po 30g
Makaron zacierka	30g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Jarzyna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Buraki	150g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka z fileta	50g
Ser topiony	50g
Ogórek świeży	70g
Papryka czerwona	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Makaron z serem.	
Makaron	70g
Ser twarogowy	70g
Masło extra	5g
Cukier	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2350 kcal
Białko	113g
Tłuszcz	71g ( tym nasycone 29g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	302g ( w tym cukry 42g-12%wart.en)
Błonnik	41g
Sól	3.98 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z szynką drobiową, jajkiem i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	60g
Jajko na twardo	1szt-50g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Łane ciasto na rosole , ziemniaki, schab gotowany w sosie własnym , buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (pietruszka , marchew , seler)	Po 30g
Makaron zacierka	30g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Jarzyna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Buraki	150g
Jabłko (kompot)	50g

**Podwieczorek:** Kisiel owocowy

Kisiel proszek	10g
----------------	-----

<b>Kolacja</b> :Pieczywo pszenno-żytnie z szynką z fileta , serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście-15g
Szynka z fileta	50g
Ser topiony	50g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> :Makaron z serem.	
Makaron	70g
Ser twarogowy	70g
Masło extra	5g
Cukier	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2370kcal
Białko	113g
Tłuszcz	71g ( tym nasycone 29g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	312g ( w tym cukry 44g-11%wart.en)
Błonnik	42g
Sól	4.1 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo graham z szynką drobiową , jajkiem i warzywami , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Szynka drobiowa	60g
Jajko na twardo	1szt-50g
Ogórek kiszony	70g
Rzodkiewka	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad :</b> Lane ciasto na rosole, ziemniaki, schab gotowany w sosie własnym, buraki gotowane, kompot.	
Włoszczyzna (pietruszka , marchew , seler)	Po 30g
Makaron zacierka	30g
Sól	1g
Natka pietruszki	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Schab bez kości	150g
Jarzyna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18 %	10g
Buraki	150g
Jabłko (kompot)	50g

**Podwieczorek:** Kisiel owocowy.

Kisiel proszek	10g
----------------	-----

**Kolacja:** Pieczywo graham z szynką z fileta, serkiem topionym i warzywami, herbata z cytryną.

Chleb graham	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Salata zielona	3 liście-15g
Szynka z fileta	50g
Ser topiony	50g
Ogórek świeży	70g
Papryka czerwona	70g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

**Kolacja II :**Makaron z serem.

Makaron	70g
Ser twarogowy	70g
Masło extra	5g

**Dzienne podsumowanie wartości odżywczych**

Wartość energetyczna	2368 kcal
Białko	113g
Tłuszcz	71g ( tym nasycone 29g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	312g ( w tym cukry 38g-12%wart.en)
Błonnik	42g
Sól	4g

<b>4. DIETY DLA PEDIATRII</b>	
Dzieci w wieku (lata):	Dieta
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 – ¾ 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: