

Piątek 10.01.2025

1 DIETA PODSTAWOWA

| | |
|---|----------------|
| Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym, dżemem i warzywami, kawa zbożowa | |
| Bułka kajzerka | 60g – 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60 g– 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Jajko na twardo | 25g 1/2szt |
| Serek śmietankowy | 30g- 1 szt |
| Dżem | 30g-1 szt |
| Szczypiorek | 5g |
| Rzodkiewka | 15g |
| Pomidor | 100g |
| Mleko 2 % | 200ml |
| Kawa zbożowa | 5g |

| | |
|--|--------|
| Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, surówka z kiszanej kapusty, kompot | |
| Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron łazanka | 30g |
| Pieczarka | 50g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18 % | 10g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |

| | |
|----------------------|------|
| Kukurydza konserwowa | 5g |
| Olej rzepakowy | 5g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Koper | 5g |
| Mąka pszenna | 5g |
| Śmietana | 5g |
| Kapusta kiszona | 150g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Jabłko | 50g |
| Marchewka | 30g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|--|----------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, miód, herbata z cytryną | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Miód | 30g- 1 szt |
| Ser twarogowy | 80g |
| Jogurt naturalny | 10g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek świeży | 100g |
| Szczypiorek | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Kolacja II : Kisiel z jabłkiem | |
| Kisiel proszek | 5g |
| Jabłko | 50g |

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|---|
| Wartość energetyczna | 2325kcal |
| Białko | 111.59g |
| Tłuszcz | 63.01g (tym nasycone 19.06g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 343.43g (w tym cukry 44.85g-12%wart.en) |
| Błonnik | 32.07g |
| Sól | 4.03 g |

2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

| | |
|---|----------------|
| Śniadanie: Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym, dżemem i warzywami, kawa zbożowa | |
| Bułka kajzerka | 60g – 1 szt |
| Chleb pszenno-żytni | 60g – 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Jajko na twardo | 25g- 1/2szt |
| Serek śmietankowy | 30g- 1 szt |
| Dżem | 30g-1 szt |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Mleko 2 % | 200ml |
| Kawa zbożowa | 5g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, duszone warzywa, kompot | |
| Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron łazanka | 30g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18 % | 10g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |
| Kukurydza konserwowa | 5g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Mąka pszenna | 10g |

| | |
|-----------------|------|
| Koper | 5g |
| Mąka pszenna | 5g |
| Śmietana | 5g |
| Marchew | 120g |
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Pietruszka | 30g |
| Seler | 10g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|--------------------------------------|------------|
| Podwieczorek: Pieczone jabłko | |
| Jabłko | 1 szt-180g |

| | |
|--|----------------|
| Kolacja: Pieczywo pszenno-żytnie z pastą twarogową i warzywami, miód, herbata z cytryną | |
| Chleb pszenno-żytni | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Miód | 30g- 1 szt |
| Ser twarogowy | 80g |
| Jogurt naturalny | 10g |
| Pomidor bez skórki | 100g |
| Szczypiorek | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---------------------------------------|----|
| Kolacja II : Kisiel z jabłkiem | |
| Kisiel proszek | 5g |

| | |
|--------|-----|
| Jabłko | 50g |
|--------|-----|

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|--|
| Wartość energetyczna | 2404kcal |
| Białko | 110.37g |
| Tłuszcz | 63.51g (tym nasycone 20.7g-11% wart en) |
| Węglowodany ogółem | 365.47g (w tym cukry 66.58g- 12%wart.en) |
| Błonnik | 34.3g |
| Sól | 4.25 g |

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

| | |
|---|----------------|
| Śniadanie: Bułka graham, pieczywo graham z jajkiem na twardo, serkiem śmietankowym i warzywami, kawa zbożowa | |
| Bułka graham | 60g – 1 szt |
| Chleb graham | 60 g– 2 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Jajko na twardo | 25g- 1/2szt |
| Serek śmietankowy | 30g- 1 szt |
| Szczypiorek | 5g |
| Rzodkiewka | 15g |
| Pomidor | 100g |
| Mleko 2 % | 200ml |
| Kawa zbożowa | 5g |

| | |
|---|--------|
| Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem łazanka, ziemniaki, pulpety z miruny w sosie koperkowym, surówka z kiszzonej kapusty, kompot | |
| Włoszczyzna (marchew , seler, pietruszka) | Po 30g |
| Makaron łazanka | 30g |
| Pieczarka | 50g |
| Natka pietruszki | 5g |
| Sól | 1g |
| Mąka pszenna | 10g |
| Śmietana 18 % | 10g |
| Ziemniaki | 400g |
| Koper | 5g |
| Filet z miruny | 200g |
| Kukurydza konserwowa | 5g |

| | |
|-----------------|------|
| Olej rzepakowy | 5ml |
| Mąka pszenna | 10g |
| Koper | 5g |
| Mąka pszenna | 5g |
| Śmietana18% | 5g |
| Kapusta kiszona | 150g |
| Olej rzepakowy | 5g |
| Jabłko | 50g |
| Marchewka | 30g |
| Jabłko (kompot) | 50g |

| | |
|---------------------------------------|------------|
| Podwieczorek: Pieczona gruszka | |
| Gruszka | 1 szt-180g |

| | |
|--|----------------|
| Kolacja: Pieczywo graham z pastą twarogową i warzywami, herbata z cytryną | |
| Chleb graham | 90g – 3 kromki |
| Masło extra | 10g |
| Sałata zielona | 3 liście-15g |
| Ser twarogowy | 80g |
| Jogurt naturalny | 10g |
| Pomidor | 100g |
| Ogórek świeży | 100g |
| Szczypiorek | 5g |
| Herbata bez cukru | 250 ml |
| Cytryna | 10g |

| | |
|---------------------------------------|----|
| Kolacja II : Kisiel z jabłkiem | |
| Kisiel proszek | 5g |

| | |
|--------|-----|
| Jabłko | 50g |
|--------|-----|

| Dzienne podsumowanie wartości odżywczych | |
|---|---|
| Wartość energetyczna | 2269kcal |
| Białko | 114.61g |
| Tłuszcz | 70,28g (tym nasycone 20.81g-11% wart.en) |
| Węglowodany ogółem | 315.64g (w tym cukry 53.22g-12%wart.en) |
| Błonnik | 42.11g |
| Sól | 4.3 g |

| 4. DIETY DLA PEDIATRII | |
|-------------------------------|---|
| 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:



Zdjęcie1. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie2. Obiad w diecie podstawowej.



Zdjęcie3. Obiad w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie5. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie6. II Kolacja w dietach.

