

**Niedziela 12.01.2025**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serem topionym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Ser topiony	25g
Pomidor	100g
Ogórek kiszony	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Rosół z makaronem , ziemniaki, filet z kurczaka (pieczony w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z marchewki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron nitka	30g
Natka pietruszki	5g
Kurczak -tuszką	20g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Olej rzepakowy	5ml
Marchew	150g
Jabłko	50g
Chrzan	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie, pieczeń rzymska, papryka, pomidor, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Schab b/k	60g
Marchew	40g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g -1/5
Olej rzepakowy	5ml
Pomidor	100g
Papryka czerwona	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II –Maślanka.</b>	
Maślanka	200 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2197kcal
Białko	130.26g
Tłuszcz	77.58g ( tym nasycone 55.62g- 11% wart en)
Węglowodany ogółem	258.44g ( w tym cukry 34.4g- 11%wart.en)
Błonnik	28.51g
Sól	5.32 g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo pszenno-żytnie z polędwicą sopocka, serkiem topionym i pomidorem , herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Ser topiony	25g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Rosół z makaronem , ziemniaki, filet z kurczaka (pieczony w piecu konwekcyjno-parowym),marchewka gotowana z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron nitka	30g
Natka pietruszki	5
Kurczak -tuszką	20g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Olej rzepakowy	5ml
Marchew	150g
Groszek konserwowy	5g

<b>Podwieczorek:</b> Banan.	
Banan	1 szt-130g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo pszenno-żytnie, pieczeń rzymska, pomidor, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Schab b/k	60g
Marchew	40g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g -1/5
Olej rzepakowy	5ml
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II –Maślanka.</b>	
Maślanka	200 ml

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2270kcal
Białko	130.24g
Tłuszcz	77.25g ( tym nasycone 55.63g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	277.46g ( w tym cukry 51.92g-11%wart.en)
Błonnik	27.69g
Sól	5.3 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo graham z polędwicą sopocka, serkiem topionym ,pomidorem i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g- kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Polędwica sopocka	70g
Ser topiony	25g
Pomidor	100g
Ogórek kiszony	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad:</b> Rosół z makaronem , ziemniaki, filet z kurczaka (pieczony w piecu konwekcyjno-parowym),surówka z marchewki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30g
Makaron nitka	30g
Natka pietruszki	5g
Kurczak -tuszka	20g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z kurczaka	150g
Olej rzepakowy	5ml
Marchew	150g
Jabłko	50g
Chrzan	5g
Jabłko (kompot)	50g

**Podwieczorek:** Gruszka.

Gruszka	1 szt-130g
---------	------------

<b>Kolacja:</b> Pieczywo graham, pieczeń rzymska, papryka, pomidor, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90g- 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Schab b/k	60g
Marchew	40g
Kukurydza konserwowa	5g
Jajka	10g -1/5
Olej rzepakowy	5ml
Pomidor	100g
Papryka czerwona	50g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II :</b> Granola , jogurt naturalny.	
Granola	20g
Jogurt naturalny	150 – 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2312kcal
Białko	131.24g
Tłuszcz	83.63g ( tym nasycone 57.27g-11% wart en)

Węglowodany ogółem	276.99g ( w tym cukry 48.32g-12%wart.en)
Błonnik	38.82g
Sól	5.18 g

<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:

