

**Piatek 31.01.2025**

**1. DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie</b> :Bułka kajzerka, pieczywo pszenno-żytnie z serkiem kremowym, serem żółtymi ogórkiem konserwowym, herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70g-1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ser żółty	70g-3 plasterki
Kremowy serek śmietankowy	1 szt-30g
Dżem	1 szt-30g
Ogórek konserwowy	80g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> : Zupa krupnik , ziemniaki , ryba panierowana, surówka z kiszonej kapusty , kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Pieprz	1g
Pietruszka natka	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z miruny	200g
Jajka	10g

Mąka pszenna	10g
Bułka tarta	10g
Olej rzepakowy	5ml
Kapusta kiszona	150g
Jabłko	30g
Marchew	30g
Olej rzepakowy	5ml
Cebula	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Kolacja:</b> Makaron z serem, herbata z cytryną.	
Makaron	120g
Ser twarogowy	120g
Masło extra	5g
Ksylitol	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Kisiel owocowy.	
Kisiel proszek	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2186 kcal
Białko	120g
Tłuszcz	72g ( tym nasycone 23.47g-11% wart en)

Węglowodany ogółem	275g ( w tym cukry86g-12%wart.en)
Błonnik	26g
Sól	4.23g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie</b> :Bułka kajzerka, pieczywo z serkiem kremowym, serem żółtym dżemem i pomidorem, herbata z cytryną.	
Bułka kajzerka	70g-1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	1szt-30g
Dżem	1 szt-30g
Pomidor bez skórki	100g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

Obiad: Zupa krupnik, ziemniaki , ryba po grecku, gotowana jarzyna , kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g
Sól	1g
Pieprz	1g
Pietruszka natka	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g

Filet z miruny	200g
Włoszczyzna	30g
Koncentrat pomidorowy	10g
Marchew	80g
Pietruszka	40g
Seler	30g
Olej rzepakowy	5ml
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy , pieczone jabłko.	
Jogurt owocowy	150g
Jabłko	180g-1 szt

<b>Kolacja :</b> Makaron z serem, herbata z cytryną.	
Makaron	120g
Ser twarogowy	120g
Masło extra	5g
Ksylitol	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II:</b> Kisiel owocowy.	
Kisiel proszek	5g

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2369 kcal
Białko	120g
Tłuszcz	68g ( tym nasycone 20.23g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	235g ( w tym cukry88g-12%wart.en)
Błonnik	28g
Sól	3.05g

### **3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW**

<b>Śniadanie</b> :Bułka grahamka, pieczywo graham z serkiem kremowym, serem żółtym ,ogórkiem konserwowym i pomidorem, herbata z cytryną.	
Bułka graham	70g-1 szt
Chleb graham	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście
Kremowy serek śmietankowy	1 szt-30g
Pomidor	80g
Ser żółty	70g- 3 plastry
Ogórek konserwowy	80g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g

<b>Obiad</b> :_Zupa krupnik, ziemniaki , ryba po grecku, surówka z kiszonej kapusty , kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kasza jęczmienna	30g
Mąka pszenna	10g
Śmietana 18%	10g

Sól	1g
Pieprz	1g
Pietruszka natka	5g
Ziemniaki	400g
Koper	5g
Filet z miruny	200g
Włoszczyzna	30g
Koncentrat pomidorowy	10g
Kapusta kiszona	150g
Jabłko	30g
Marchew	30g
Olej rzepakowy	5ml
Cebula	5g
Jabłko (kompot)	50g

<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny, pieczone jabłko.	
Jabłko	180g – 1 szt.
Jogurt naturalny	150g-1 szt

<b>Kolacja:</b> Makaron z serem, herbata z cytryną.	
Makaron	120g
Ser twarogowy	120g
Masło extra	5g
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> –Kisiel owocowy bez cukru.	
--	--

Kisiel proszek	5g
----------------	----

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2244kcal
Białko	125g
Tłuszcz	71g ( tym nasycone 21.39g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	287g ( w tym cukry 68g-11%wart.en)
Błonnik	34g
Sól	4.99g

<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 zaleconej 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:



Zdjęcie 1. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 3. Obiad w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.





Zdjęcie4. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajanych węglowodanów.



Zdjęcie5. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie 6. II Kolacja w dietach.