

**Piątek 07.02.2025**

**1 DIETA PODSTAWOWA**

<b>Śniadanie</b> :Bułka maślana, pieczywo pszenno-żytnie z serkiem kremowym, dżemem i ogórkiem, kakao.	
Bułka maślana	70g-1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	3 szt-80g
Dżem	1 szt-30g
Ogórek świeży	100g
Mleko 2 %	250 ml
Kakao proszek	5g

<b>Obiad</b> : Zupa krem z warzyw z grzankami , ziemniaki , ryba duszona po grecku, surówka z kiszanej kapusty , kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kalafior	50g
Grzanki	15g
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>Kolacja:</b> Pieczywo z pasztetem_z warzyw i ogórkiem kiszonym, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ogórek kiszony	100g
Soczewica	30g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g
<b>Kolacja II-</b> Jogurt naturalny.	
Jogurt naturalny	150g – 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2413 kcal
Białko	101.4g

Tłuszcz	78g ( tym nasycone 20.96g-10% wart en)
Węglowodany ogółem	354g ( w tym cukry70g- 12%wart.en)
Błonnik	40g
Sól	4.31g

## 2 DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie</b> :Bułka maślana, pieczywo z serkiem kremowym, dżemem i pomidorem, kakao.	
Bułka maślana	70g-1 szt
Chleb pszenno-żytni	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	3 szt-80g
Dżem	1 szt-30g
Pomidor bez skórki	100g
Mleko 2 %	250ml
Kakao proszek	5g
<b>Obiad</b> :Zupa krem z warzyw z grzankami , ziemniaki , ryba duszona po grecku, gotowana jarzyna , kompot.	
Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kalafior	50g
Grzanki	15g
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> Herbatniki , tarte jabłko.	
Herbatniki	5szt
Jabłko tarte	180g-1 szt

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pasztetem z warzyw i pomidorem, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90g – 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Pomidor bez skórki	100g
Soczewica	30g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Herbata bez cukru	250 ml

Cytryna	10g
<b>Kolacja II- Jogurt naturalny.</b>	
Jogurt naturalny	150 g– 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2512 kcal
Białko	101g
Tłuszcz	84g ( tym nasycone 35g-12% wart en)
Węglowodany ogółem	388g ( w tym cukry87g-12%wart.en)
Błonnik	38g
Sól	3.69g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

<b>Śniadanie</b> :Bułka grahamka, pieczywo graham z serkiem kremowym, serem żółtym i ogórkiem, herbata z cytryną.	
Bułka graham	70g-1 szt
Chleb graham	60g-2 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Kremowy serek śmietankowy	3 szt-80g
Ser żółty	40g- 2 plastry
Ogórek świeży	100g
Herbata bez cukru	250ml
Cytryna	10g
<b>Obiad</b> : Zupa krem z warzyw z grzankami, ziemniaki , ryba duszona po grecku, surówka z kiszanej kapusty , kompot	

Włoszczyzna (marchew , seler , pietruszka)	Po 30g
Kalafior	50g
Grzanki	15g
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> _ Gruszka 180 – 1 szt.	
Gruszka	180g – 1 szt

<b>Kolacja:</b> _Pieczywo graham z pasztetem_z warzyw i ogórkiem kiszonym , herbata z cytryną.	
Chleb graham	90 g– 3 kromki
Masło extra	10g
Sałata zielona	3 liście-15g
Ogórek kiszony	100g

Soczewica	30g
Marchew	30g
Pietruszka	30g
Seler	20g
Kasza manna	10g
Olej rzepakowy	5ml
Herbata bez cukru	250 ml
Cytryna	10g

<b>Kolacja II</b> –Jogurt naturalny, jabłko.	
Jogurt naturalny	150g- 1 szt
Jabłko	180g- 1 szt

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych</b>	
Wartość energetyczna	2475kcal
Białko	102g
Tłuszcz	81g ( tym nasycone 37g-11% wart en)
Węglowodany ogółem	358g ( w tym cukry 69g-11%wart.en)
Błonnik	45g
Sól	5g

<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:



Zdjęcie1. Śniadanie w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie2. Obiad w diecie podstawowej.





Zdjęcie3. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



Zdjęcie4. II Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.