

PIĄTEK 14.02.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 sztuka
Masło	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa, ryba po grecku z ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba miruna	120 g
Olej rzepakowy	10 ml
Włoszczyzna	50 g
Ziemniaki	400 g
Kiszona kapusta z marchewką	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą jajeczną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
jaja	2 sztuka
Jogurt, majonez, musztarda	50 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt owocowy – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2306 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 23 g- 9 % wart. en)
Węglowodany ogółem	277 g (w tym cukry 42 g – 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 sztuka
Masło	10 g
Serek do smarowania	2 sztuki
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, makaron z serem białym i musem jabłkowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ser pergamin	120 g
Makaron	120 g
Twaróg w pergaminie	150 g
Jabłko gotowane	200 g

Podwieczorek: Banan - 1 sztuka.

Kolacja: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g

Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
jaja	2 sztuka
Serek do smarowania	1 sztuka
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2351 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	76 g (nasycone 30g- 12%)
Węglowodany ogółem	327 g (cukry proste – 70 g – 12%)
Błonnik pokarmowy	31 g
Sól	3 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	100 g – 3kromki
Masło	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Sałata	Listki
Pomidor, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, ryba po grecku z ziemniakami i kiszoną kapustą, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba miruna	120 g
Marchew, seler, pietruszka	20 g
Olej rzepakowy	10 ml

Kapusta kiszona	150 g
Ziemniaki	400 g
Koncentrat pomidorowy	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka - 1 sztuka.

Kolacja: Pieczywo z pastą jajeczną i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
jaja	2 sztuka
Jogurt, majonez, musztarda	50 g
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dieta łatwostrawna cukrzycowa:

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	100 g – 3kromki
Masło	10 g
Twaróg w pergaminie	120 g
Sałata	Listki
Pomidor, rzodkiewka	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa grysikowa, ryba po grecku z ziemniakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba miruna	120 g
Marchew, seler, pietruszka	20 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g

Koncentrat pomidorowy	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Banan - 1 sztuka.

Kolacja: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
jaja	2 sztuka
Serek do smarowania	1 sztuka
Ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2118 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	72 g (27 g tłuszczu nasyconych – 11%)
Węglowodany ogółem	284 g (38 g cukrów prostych – 7%)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	3 g

4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	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 – $\frac{3}{4}$ 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:



1. Obiad w diecie podstawowej.



2. II kolacja w diecie podstawowej.



3. II kolacja w diecie łatwostrawnej i z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.