

Piątek 21.02.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka
Serek wiejski	1 sztuka
Rzodkiewka, ogórek, sałata	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, jajko w sosie koperkowym, ziemniaki, czerwona kapusta.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza jęczmienna	30 g
Jaja	2 szt.
Olej rzepakowy	10 ml
Koper, śmietana, mąka	30 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta czerwona z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Kremowy serek twarogowy	2 sztuki
Ser żółty	2 plastry
Miód	1 sztuka
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2405 kcal
Białko	107g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 30g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	340 g (w tym cukry 40 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	4,83 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka
Serek wiejski	1 sztuka
Pomidor	Po 50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, jajko w sosie koperkowym, ziemniaki, mix sałat z dressingiem.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kasza jęczmienna	30 g
Jaja	2 szt.
Olej rzepakowy	10 ml
Koper, śmietana, mąka	30 g
Ziemniaki	400 g
Mix sałat, olej, zioła	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Budyń	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Kremowy serek twarogowy	2 sztuki
Ser żółty	2 plastry
Miód	1 sztuka
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2337 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	71g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 39 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	4,95 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka grahamka	1 sztuka
Serek wiejski	1 sztuka
Rzodkiewka, ogórek, sałata	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Krupnik, jajko w sosie koperkowym, ziemniaki, czerwona kapusta.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Kasza jęczmienna	30 g
Jaja	2 szt.
Olej rzepakowy	10 ml
Koper, śmietana, mąka	30 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta czerwona z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń	
Budyń	5 g
Mleko	200 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Kremowy serek twarogowy	2 sztuki
Ser żółty	2 plastry
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: kefir – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2076 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	67g (w tym nasycone 29,5 g – 13%)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 32-6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,23 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. Śniadanie w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



2. Obiad w diecie łatwostrawnej.



3. Obiad w diecie podstawowej.



4. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.