

## 1. DIETA PODSTAWOWA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka gotowana	3 plastry
Dżem	1 szt.
Ogórek kiszony, sałata, pomidor	150
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym z ziemniakami, marchewka z groszkiem,.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kalafior	50 g
Zacierka	30 g
Śmietana 18%	20 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka, groszek	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pieczenią rzymską i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek konserwowy, sałata, papryka	100 g
Schab, bułka tarta, jajko, przyprawy	100 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Bułka maślana - 1 szt.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2306 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 27 g- 10 % wart. En)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 43g- 7% wart. En )
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	7 g

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka gotowana	3 plastry
Dżem	1 szt.
sałata, pomidor	150
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym z ziemniakami, marchewka z groszkiem,.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kalafior	50 g
Zacierka	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka, groszek	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

### **Podwieczorek: mus jabłkowy + banan**

Banan	120 g
-------	-------

Jabłko	100 g
--------	-------

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pieczenią rzymską i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Salata, pomidor	100 g
Schab, bułka tarta, jajko, przyprawy	100 g
Herbata z cytryną.	

<b>II Kolacja:</b> Bułka maślana - 1 szt.
---

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2503 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 28 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	384g (w tym cukry 80g- 13% wart. en )
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	7 g

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

<b>Śniadanie:</b> Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	1 szt.
Masło extra	10 g
Szynka gotowana	3 plastry
Ogórek kiszony, sałata, pomidor	150
Herbata z cytryną.	

<b>Obiad:</b> Zupa kalafiorowa z zacierką, filet z kurczaka w sosie śmietanowym z ziemniakami, marchewka z groszkiem,.	
Włoszczyzna (marchew, seler,	Po 30 g

pietruszką)	
Kalafior	50 g
Zacierka	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana	20 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka, groszek	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

**Podwieczorek: mus jabłkowy + banan + jogurt naturalny**

Banan	120 g
Jabłko	100 g
Jogurt naturalny	1 szt.

<b>Kolacja:</b> Pieczywo z pieczenią rzymską i warzywami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek konserwowy, sałata, papryka	100 g
Schab, bułka tarta, jajko, przyprawy	100 g
Herbata z cytryną.	

**II Kolacja:** Serek wiejski lekki - 1 sztuka.

<b>Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:</b>	
Wartość energetyczna	2352 kcal
Białko	131 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 29 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	327g (w tym cukry 80 g- 13% wart. en )
Błonnik pokarmowy	40 g

Sól	7 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.

- Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
- 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.
- Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
- Zdjęcia posiłków:



1. Śniadanie w diecie podstawowej.



2. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



3. Obiad w diecie łatwostrawnej.