

ŚRODA 5.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 szt.
Masło extra	10 g
Ser żółty	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania	1 sztuka – 30 g
Miód	1 sztuka
Ogórek konserwowy, pomidor	100 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z groszkiem i zacierką, makaron z serem i musem jabłkowym.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Zacierka	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ser biały w pergaminie	150 g
Masło, cukier	20 g
Makaron	120 g
Jabłko mus	120 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, jajkiem na twardo i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g – pół szt
Masło extra	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek/ papryka	100 g
Jajko na twardo	1 sztuka.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2364 kcal
Białko	126 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 23 g- 8% wart. en)
Węglowodany ogółem	285 g (w tym cukry 51 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	6,26 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 szt.
Masło extra	10 g
Ser żółty	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania	1 sztuka – 30 g
Miód	1 sztuka
Pomidor	100 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z groszkiem i zacierką, makaron z serem i musem jabłkowym.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Zacierka	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ser biały w pergaminie	150 g
Masło, cukier	20 g
Makaron	120 g
Jabłko mus	120 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: banan + herbatniki

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, jajkiem na twardo i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g – pół szt
Masło extra	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	100 g
Jajko na twardo	1 sztuka.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2454 kcal
Białko	127g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 32,5 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	347 g (w tym cukry 68 g- 11% wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamla	1 szt.
Masło extra	10 g
Ser żółty	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, pomidor	100 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa z groszkiem i zacierką, makaron z serem i musem jabłkowym.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Zacierka	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ser biały w pergaminie	150 g
Masło, Ksylitol	20 g
Makaron	120 g
Jabłko mus	120 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek; gruszka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, jajkiem na twardo i warzywami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Mozzarella	60 g – pół szt
Masło extra	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek/ papryka	100 g
Jajko na twardo	1 sztuka.
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt naturalny – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2216 kcal
Białko	109 g
Tłuszcz	59 g (w tym nasycone 28 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	325 g (w tym cukry 45 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	5,36 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. Obiad w diecie podstawowej.



2. II kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



3. II kolacja w diecie podstawowej.