

PIĄTEK 07.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 sztuka
Masło	10 g
Twaróg, jog Nat, rzodkiewka, ogórek	200 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor,	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa, makaron ze szpinakiem i łososiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
szpinak	80 g
Makaron	120 g
Śmietana 18%	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania	2 sztuki
Serek topiony	50 g
Miód	1 szt.
Ogórek kiszony, pomidor	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 pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Bułka maślana	1 sztuka
Masło	10 g
Twaróg, jog Nat	200 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor,	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa, makaron ze szpinakiem i łososiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszką)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
szpinak	80 g
Makaron	120 g
Śmietana 18%	20 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek	

Banan	1 szt.
Wafle ryżowe	3 szt.

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Salata zielona	Listki
Serek do smarowania	2 sztuki
Serek topiony	50 g
Miód	1 szt.
pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt owocowy – 1 sztuka
--

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 pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka	1 sztuka
Masło	10 g
Twaróg, jog Nat, rzodkiewka, ogórek	200 g
Salata	Listki
Pomidor,	70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Grysikowa, makaron ze szpinakiem i łososiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
szpinak	80 g
Makaron	120 g
Śmietana 18%	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka + kefir

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania	2 sztuki
Serek topiony	50 g
Ogórek kiszony, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt naturalny – 1 sztuka

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 dietach.



2. Podwieczerek w diecie łatwostrawnej.



3. II kolacja w diecie podstawowej.



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