

NIEDZIELA 09.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa gruba	60 g – 3 plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%	15g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo pastą z sera fety i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser feta, twaróg mielony	Po 50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry – 40 g
Ogórek, papryka czerwona	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa.	
Makaron	50 g
Rukola, bazylija, oregano	5 g
Filet z kurczaka pieczony,	Po 50

pomidor	
---------	--

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2218 kcal
Białko	133 g
Tłuszcz	69 g (w tym nasycone 26 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	270 g (w tym cukry 40 g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka
Szynka drobiowa gruba	60 g – 3plastry
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%	15g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: serek	1 szt.

Kolacja: Pieczywo pastą z sera fety i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser feta, twaróg	Po 50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry – 40 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa.	
Makaron	50 g
Rukola, bazylia, oregano	5 g
Filet z kurczaka pieczony, pomidor	Po 50

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2412 kcal
Białko	137 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 27 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 41g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	3 kromki - 100 g
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 szuka
Szynka drobiowa gruba	60 g – 3plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab gotowany w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	30 g
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	5 ml
Schab	150 g
Śmietana 18%	15g
Buraki gotowane	150 g
Jabłko (kompot)	50 g
Podwieczorek: kefir	1 szt.

Kolacja: Pieczywo pastą z sera fety i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser feta, twaróg	Po 50 g
Szynka krucha z fileta	2 plastry – 40 g
Ogórek, papryka czerwona	Po 70 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka makaronowa.	
Makaron	50 g
Rukola, bazylija, oregano	5 g
Filet z kurczaka, pomidor	Po 50

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2272 kcal
Białko	140 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 28 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 39 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	34g
Sól	6 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 osobę wyznaczoną 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.

