

Wtorek 11.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Kajzerka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka
Ogórek kiszony, Rukola, pomidor	100
Herbata z cytryną.	

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet z kurczaka w sosie śmietanowym z surówka z marchewki, ziemniaki.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Śmietana, koper	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serek do smarowania, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek	100 g
serek do smarowania	1 sztuka
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2269 kcal
Białko	120 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 30 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 25 g- 4% wart. en)
Błonnik pokarmowy	26 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g – 2 kromki
Kajzerka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Pomidor	100 g
Dżem	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet w sosie śmietanowym z marchewką i groszkiem.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
filet	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka, bułka	5 g
Śmietana, koper	10 g
Ziemiaki	400 g
Marchewka, groszek	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jabłko pieczone + serek.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serkiem do smarowania herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	100 g
Serek	1 sztuka
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2395 kcal
Białko	127 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	3,03 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g – 2 kromki
grahamka	1 sztuka
Masło extra	10 g
Polędwica sopocka	3 plastry - 60 g
Ogórek kiszony. Rukola, pomidor	100
Herbata z cytryną.	

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet w sosie

śmietanowym, surówka z marchewki.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka, bułka	5 g
Śmietana, koper	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jabłko

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serkiem do smarowania, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek	100 g
Serek do smarowania	1 sztuka
Szynka krucha z fileta	60 g – 3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 29 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 50 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,13 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:



II Kolacja w dietach.



Obiad w diecie podstawowej.



Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.