

Środa 12.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy w pergaminie	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, pomidor	100 g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udka z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	2 plastry – 40 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g

Herbata z cytryną.	
--------------------	--

II Kolacja: Maślanka – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2373 kcal
Białko	115g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 32 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	314 g (w tym cukry 48 g-8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka maślana	70 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Ser twarogowy pergamin	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Śmietana 18%	15 g
Koncentrat	10 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udło z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g

Jabłko (kompot)	50 g
-----------------	------

Podwieczorek: Napój mleczny	1 szt.
Wafle ryżowe	3 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -100 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	2 plastry – 40 g
Sałata zielona, pomidor	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Maślanka – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2484 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 34 g- 12%)
Węglowodany ogółem	326 g (w tym cukry 59 g- 9%)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,07 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami herbata z cytryną..	
Chleb graham	100 g
Masło extra	10 g
Ser twarogowy pergamin	120 g
Ogórek konserwowy	100 g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g

Makaron	30 g
Koncentrat	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka	1 szt.
------------------------------	--------

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta	2 plastry – 40 g
Chleb graham	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra	10 g
Ser żółty	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Ogórek	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt Nat + granola 30 g .
--

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2293 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 34g- 13%)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 46 g -8%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	7 g

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.

1. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
2. 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.
3. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
4. Zdjęcia posiłków:



1. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



2. Podwieczorek w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



3. Kolacja w diecie podstawowej.