

Czwartek 13.03.2025 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	Po 50 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, gulasz wołowy z ryżem i surówką z czerwonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso	150 g
Papryka, pieczarki, cebula, czosnek	100 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry
Serek topiony	50 g
Ogórek kiszony, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron	50 g
Ser biały pergamin, ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2405 kcal
Białko	107g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 30g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	340 g (w tym cukry 40 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	4,83 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	2 kromki - 60 g
Masło extra	10 g
Bułka kajzerka	1 sztuka
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo	1 sztuka
Pomidor	100
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, gulasz wołowy z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso wołowe	150 g
Śmietana 18%	15g
Marchewka z groszkiem	150 g

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

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt	200 g
Biszkopty	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry
Serek topiony	50 g
Pomidor, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron	50 g
Ser biały pergamin, ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2337 kcal
Białko	97 g
Tłuszcz	71g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	336 g (w tym cukry 39 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	4,95 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb graham	3 kromki - 90 g
Masło extra	10 g
Szynka drobiowa	60 g – 3 plastry

Jajko na twardo	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	Po 50 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, gulasz wołowy z ryżem i surówką z czerwonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mięso	150 g
Papryka, pieczarki, cebula, czosnek	100 g
Śmietana 18%	15g
Kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt	200 g
Biszkopty	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb graham	3 kromki -90 g
Masło extra	10 g
Szynka wieprzowa gotowana	40 g – 2 plastry
Serek topiony	50 g
Ogórek kiszony, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron	50 g
Ser biały pergamin, ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2076 kcal
Białko	94 g
Tłuszcz	67g (w tym nasycone 29,5 g – 13%)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 32-6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,23 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 zaleconej 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:



Zdjęcie 2. Śniadanie w diecie podstawowej.



Zdjęcie 3. Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.



Zdjęcie 4. Kolacja w diecie podstawowej.

