

NIEDZIELA 16.03.2025r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha	60 g – 3 plastry
Jajko	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka/ rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

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

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania, herbata.	
Serek do smarowania	60 g -2 sztuki
Ser żółty	2 plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona, ogórek konserwowy	Listki, 100g
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż	50 g
Kurczak	30 g
Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat. zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2189 kcal
Białko	93,5 g
Tłuszcz	72,8 g (w tym nasycone 29,5 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	309 g (w tym cukry 52,5g- 10% wart.en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,87 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha	60 g – 3 plastry
Jajko	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Rosół z makaronem, schab w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Makaron	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Koper, śmietana	-
Ziemniaki	400 g
Buraki	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	
Budyń	5 g
Mleko	30 ml
Kako	5 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania, herbata.	
Serek do smarowania	60 g -2 sztuki
Ser żółty	2 plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona, ogórek konserwowy	Listki, 100g
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż	50 g
Kurczak	30 g
Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat. zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2279 kcal
Białko	99 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	318 g (w tym cukry 59,5 g)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,11 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Masło extra	10 g
Szynka krucha	60 g – 3 plastry
Jajko	1 sztuka
Papryka/ rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

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

PODWIECZOREK:	
Budyń	5 g
Mleko	30 ml
Kako	5 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania, herbata.	
Serek do smarowania	60 g -2 sztuki

Ser żółty	2 plastry
Masło extra	10 g
Chleb graham	90 g – 3 kromki
Salata zielona, ogórek konserwowy	Listki, 100g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż	50 g
Kurczak	30 g
Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat. zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2321 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	76,8g (w tym nasycone 31 g)
Węglowodany ogółem	323 g (w tym cukry 58 g)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4,7 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.

7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.