

ŚRODA 19.03.2025r.

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
Serek do smarowania	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka/ rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek	5 g
Sól	1 g
Ziemniaki	300 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, śmietana	40 g
Kasza jęczmienna	70 g
Cukinia	100 g
Biała kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z fetą, pomidorami i ziołami, herbata.	
Ser twarogowy	120 g
Ser feta	40 g
Masło extra	10 g
Pomidor, bazylia, oregano	100 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona	Listki,

Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Budyń.	
Mleko	200 g
Budyń	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2251 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 25 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	321 g (w tym cukry 52,5g- 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5 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
Serek do smarowania	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek	5 g
Sól	1 g
Ziemniaki	300 g
Natka pietruszki	5 g

Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, śmietana	40 g
Kasza jęczmienna	70 g
Cukinia	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jogurt pitny.

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z fetą, pomidorami i ziołami, herbata.	
Ser twarogowy	120 g
Ser feta	40 g
Masło extra	10 g
Pomidor, bazylia, oregano	100 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona	Listki,
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Budyń.	
Mleko	200 g
Budyń	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2330 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 22g-8%)
Węglowodany ogółem	337 g (w tym cukry 45g- 7%)
Błonnik pokarmowy	23 g
Sól	6 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
Serek do smarowania	1 sztuka
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Żurek z ziemniakami, schab w sosie pomidorowym z cukinią, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
Żurek	5 g
Sól	1 g
Ziemniaki	300 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, śmietana	40 g
Kasza jęczmienna	70 g
Cukinia	100 g
Biała kapusta z dodatkami	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jogurt naturalny

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z fetą, pomidorami i ziołami, herbata.	
Ser twarogowy	120 g
Ser feta	40 g
Masło extra	10 g
Pomidor, bazylia, oregano	100 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Salata zielona	Listki,
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Budyń.

Mleko	200 g
Budyń	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2150 kcal
Białko	121 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 24g-10%)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 40g-7%)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	5 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.
- Zdjęcia posiłków:



1. Obiad w diecie podstawowej.



2. Podwieczorek w diecie łatwostrawnej.



3. Kolacja w diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów.