

Poniedziałek 21.04.2025r.

## 1. DIETA PODSTAWOWA

|                                                                                       |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Śniadanie:</b> 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.                                                                    |                  |

|                                                                                                      |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, kompot. |         |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)                                                             | Po 30 g |
| Makaron                                                                                              | 30 g    |
| Kurczak                                                                                              | -       |
| Sól                                                                                                  | 1 g     |
| Natka pietruszki                                                                                     | 5 g     |
|                                                                                                      |         |
| Udło                                                                                                 | 1 szt.  |
| Olej rzepakowy                                                                                       | 5 ml    |
| Marchewka z groszkiem                                                                                | 150     |
| Ziemniaki                                                                                            | 400 g   |
| Jabłko (kompot)                                                                                      | 50 g    |

|                                                            |                 |
|------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>Kolacja:</b> 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.                                         |                 |

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

## 2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

|                                                                                       |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Śniadanie:</b> 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.                                                                    |                  |

|                                                                                                      |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, kompot. |         |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)                                                             | Po 30 g |
| Makaron                                                                                              | 30 g    |
| Kurczak                                                                                              | -       |
| Sól                                                                                                  | 1 g     |
| Natka pietruszki                                                                                     | 5 g     |
|                                                                                                      |         |
| Udko                                                                                                 | 1 szt.  |
| Olej rzepakowy                                                                                       | 5 ml    |
| Marchewka z groszkiem                                                                                | 150     |
| Ziemniaki                                                                                            | 400 g   |
| Jabłko (kompot)                                                                                      | 50 g    |
| <b>PODWIECZOREK:</b>                                                                                 |         |
| Budyń                                                                                                | 5 g     |
| Mleko                                                                                                | 30 ml   |
| Kako, czekolada (kostka na górę)                                                                     | 5 g     |

|                                                            |                 |
|------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>Kolacja:</b> 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.                                         |                 |

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

### 3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

|                                                                                       |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Śniadanie:</b> 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            |
| Salata                                                                                | Listki           |
| Herbata z cytryną.                                                                    |                  |

|                                                                                                      |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem, udko z kurczaka pieczone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, kompot. |         |
| Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)                                                             | Po 30 g |
| Makaron                                                                                              | 30 g    |
| Kurczak                                                                                              | -       |
| Sól                                                                                                  | 1 g     |

|                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| Natka pietruszki                 | 5 g    |
|                                  |        |
| Udko                             | 1 szt. |
| Olej rzepakowy                   | 5 ml   |
| Marchewka z groszkiem            | 150    |
| Ziemniaki                        | 400 g  |
| Jabłko (kompot)                  | 50 g   |
|                                  |        |
| <b>PODWIECZOREK:</b>             |        |
| Budyń                            | 5 g    |
| Mleko                            | 30 ml  |
| Kako, czekolada (kostka na górę) | 5 g    |

|                                                            |                 |
|------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>Kolacja:</b> 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.                                         |                 |

|                                                                     |      |
|---------------------------------------------------------------------|------|
| <b>II Kolacja:</b> Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem. |      |
| Ryż                                                                 | 50 g |
| Kurczak                                                             | 30 g |
| Groszek                                                             | 20 g |
| Pomidor                                                             | 20 g |
| Jogurt Nat. ziola                                                   | 20 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.                                                                                                                  |

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
6. 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 wymagania diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.