

SOBOTA 10.05.25 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z warzywami i mozzarellą w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
ziemniaki	300 g
Susz buraczany	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia, marchewka, brokuł	150 g
Koncentrat pomidorowy	40 g
mozzarella	60 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem twarogowym, herbata.	
Ser żółty	60 g -3 plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Serek do smarowania	1 sztuka
Salata zielona, ogórek, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
--	--

Wartość energetyczna	2240 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 26 g- 10 % wart. En)
Węglowodany ogółem	309 g (w tym cukry 45 g – 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
---	--

Chleb pszenno-żytni	60 g
Bułka kajzerka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
pomidor	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z warzywami i mozzarellą w sosie pomidorowym, kompot.	
---	--

Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
ziemniaki	300 g
Susz buraczany	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia, marchewka, brokuł	150 g
Koncentrat pomidorowy	40 g
mozzarella	60 g

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

PODWIECZOREK:	Maślanka -250 ml
----------------------	------------------

Kolacja: Pieczywo z serkiem twarogowym, herbata.	
Ser żółty	40 g -2 plastry
Masło extra	10 g
Chleb pszenno-żytni	100 g – 3 kromki
Serek do smarowania	2 sztuki
Salata zielona, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2237 kcal
Białko	103 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 25 g- 10 %)
Węglowodany ogółem	330 g (w tym cukry 60g – 10%)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	4,4 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham	60 g
Bułka grahamka	60 g – 1 sztuka
Masło extra	10 g
Serek wiejski	1 sztuka
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Salata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, makaron z warzywami i mozzarellą w sosie pomidorowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka)	Po 30 g
ziemniaki	300 g
Susz buraczany	10 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Cukinia, marchewka, brokuł	150 g
Koncentrat pomidorowy	40 g
mozzarella	60 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	Maślanka – 250 ml
----------------------	-------------------

Kolacja: Pieczywo z serkiem twarogowym, herbata.	
Ser żółty	60 g -3 plastry
Masło extra	10 g
Chleb graham	100 g – 3 kromki
Serek do smarowania	1 sztuka
Salata zielona, ogórek, pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (1szt.)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2146 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	64 g (w tym nasycone 25 g – 10%)
Węglowodany ogółem	298 g (w tym cukry 46 g- 8 %)

Błonnik pokarmowy	40 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.

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.