Środa 21.01.2026 r.

1. **DIETA PODSTAWOWA**

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	60 g
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	70 g – 1 sztuka
Masło extra (**masło**)	10 g
Ser twarogowy w pergaminie (**masło**)	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, pomidor	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem (**pirosiarczan sodu)**	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g

Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko)**	2 plastry – 40 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Maślanka (**mleko**) – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2373 kcal
Białko	115g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 32 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	314 g (w tym cukry 48 g-8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	70 g – 1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser twarogowy pergamin (**mleko**)	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Napój mleczny **(mleko**)	1 szt.
Wafle ryżowe	3 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Sałata zielona, pomidor	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Maślanka (**mleko**)– 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2484 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 34 g- 12%)
Węglowodany ogółem	326 g (w tym cukry 59 g- 9%)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,07 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami herbata z cytryną..	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	100 g

Masło extra (**mleko)**	10 g
Ser twarogowy pergamin (**mleko)**	120 g
Ogórek konserwowy	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka	1 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb graham (mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Ogórek	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt Nat (**mleko**)+ granola **(gluten**) 30 g .

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2293 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 34g- 13%)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 46 g -8%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	7 g

1. 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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

1. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
2. 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.
3. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

Czwartek 22.01.2026 r.

1. **DIETA PODSTAWOWA**

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony **(mleko)**	50 g
Ogórek kiszony, sałata	200 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 (może zaw. **Gluten)**	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Gulasz wołowy	150 g
Papryka, pieczarki, cebula, czosnek	100 g
Śmietana 18% **(mleko)**	15g
Kapusta czerwona z dodatkami	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	2 kromki - 60 g
Masło extra **(mleko)**	10 g
Bułka kajzerka(mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	1 sztuka

Szynka drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały pergamin (**mleko**), ksylitol, masło (**mleko**)	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 serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Pomidor, sałata	200 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 (może zaw. **Gluten**)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Gulasz wołowy	150 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15g
Marchewka z groszkiem	150 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (**mleko**)	200 g
Biszkopty (**gluten**)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	2 kromki - 60 g
Masło extra (**masło**)	10 g
Bułka kajzerka(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	1 sztuka
Szynka drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Pomidor, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały pergamin (**mleko**), ksylitol, masło (**mleko**)	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 serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb graham (Mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -90 g
Masło extra (**masło**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Ogórek kiszony, sałata	100 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 (może zaw. **Gluten**)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Gulasz wołowy	150 g
Papryka, pieczarki, cebula, czosnek	100 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15g
Kapusta czerwona z dodatkami	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (**mleko**)	200 g
Biszkopty (**gluten**)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki - 90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem.	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały pergamin (**mleko**), ksylitol, masło (**mleko**)	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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka 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 zaleconej 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.

PIĄTEK 23.01.2026 r.

4. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor, ogórek	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	1 butelka 500 ml

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona , kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	300g
Śmietana 18% (**mleko**)	10 g
Pieczarki	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba (**ryba**)	200 g
Jarzyny, koncentrat	200 g
Kapusta kiszona	200 g
Ziemniaki	400 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Jaja na twardo (**jajko**)	1 szt.
Serek do smarowania (**mleko**)	30 g -1 szt.

Sałata zielona	Listki
Miód	1 sztuka
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana (mąka **pszenna**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2279 kcal
Białko	80 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 39 g- 15% wart. en)
Węglowodany ogółem	327 g (w tym cukry 40 g- 7% wart.en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	5 g

5. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, ryba po grecku, ziemniaki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	300g
Śmietana 18% (**mleko**)	10 g
Pieczarki	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Ryba (**ryba**)	200 g
Jarzyny, koncentrat	200 g
Ziemniaki	400 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Banan +jog. Naturalny (**mleko**)

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**Mleko**)	10 g
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Jaja na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Serek do smarowania (**mleko**)	30 g -1 szt.
Sałata zielona	Listki
Miód	1 sztuka
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana (mąka **pszenna**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2430 kcal
Białko	85 g
Tłuszcz	79 g (w tym nasycone 42g- 15% wart. en)
Węglowodany ogółem	353 g (w tym cukry 61g- 10% wart.en)
Błonnik pokarmowy	38g
Sól	6 g

6. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata.	
Chleb graham(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g

Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka
Rzodkiewka	100 g
Pomidor, ogórek	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona , kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	300g
Śmietana 18% (**mleko**)	10 g
Pieczarki	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba (**ryba**)	200 g
Jarzyny, koncentrat	200 g
Kapusta kiszona	200 g
Ziemniaki	400 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Gruszka + jog. Naturalny (**mleko**)

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Jaja na twardo (**jajko**)	1 szt.
Serek do smarowania (**mleko**)	60 g -2 szt.
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: skyr naturalny. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2318 kcal
Białko	104 g

Tłuszcz	83 g (w tym nasycone 45g- 17% wart. en)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 48g - 8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	47 g
Sól	5g

Podwieczorek: Banan + jog. Naturalny (**mleko**)

Kolacja: Pieczywo z serkiem topionym i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Jaja (**jajko**)	1 szt.
Serek do smarowania (**mleko**)	60 g -2 szt.
Sałata zielona	Listki
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: skyr naturalny (**mleko**)

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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

4. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.

5. 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.
6. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

SOBOTA 24.01.2026 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g
Bułka kajzerka(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Polędwica sopocka(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	

Obiad: Zupa ziemniaczana, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ziemniak	300 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron (**gulten**)	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	20 g
Filet z kurczaka	150 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynka drobiową, herbata.	
Szynka drobiowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g -3 plastry
Kremowy serek twarogowy (**mleko**), miód	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Chleb pszenno-żytni (mąk **pszenna**, mąka **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Sałata zielona, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) (1szt.) z granolą (**gluten**) (30g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2340 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	72,8 g (w tym nasycone 34 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	328 g (w tym cukry 45g- 7% wart.en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	5,2 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąk **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g
Bułka kajzerka(mąk **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 1 sztuka
Masło extra (**masło**)	10 g
Polędwica sopocka(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (**mleko**)	50 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	

Obiad: Zupa ziemniaczana, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ziemniak	300 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron (**gluten**)	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	20 g
Filet z kurczaka	150 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	Banan – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z szynka drobiową, herbata.	
Szynka drobiowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g -3 plastry
Kremowy serek twarogowy (**mleko**), miód	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Chleb pszenno-żytni	90 g – 3 kromki
Sałata zielona, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (mleko) (1szt.) z granolą (**gluten**) (30g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2440 kcal
Białko	103g
Tłuszcz	73 g (w tym nasycone 34 g- 12%)
Węglowodany ogółem	350 g (w tym cukry 58 g-10%)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	5,2 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham(mąk **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g
Bułka grahamka(mąk **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 1 sztuka
Masło extra (**masło**)	10 g
Polędwica sopocka(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (**masło**)	50 g
Papryka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	

Obiad: Zupa ziemniaczana, makaron z mięsem mielonym i warzywami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ziemniak	300 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Makaron (**gluten**)	100 g
Olej rzepakowy	10 ml
Przecier pomidorowy	20 g
Filet z kurczaka	150 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g
PODWIECZOREK:	Gruszka – 1 sztuka

Kolacja: Pieczywo z szynka drobiową, herbata.	
Szynka drobiowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g -3 plastry
Kremowy serek twarogowy (**mleko**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Chleb graham (mak **pszenna**, mąka **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Sałata zielona, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**)(1szt.) z granolą (**gluten**)(30g).

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2437 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	77g (w tym nasycone 34 g-12%)
Węglowodany ogółem	334 g (w tym cukry 48 g-8%)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	6 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 – ¾ 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 zaleconej 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.

NIEDZIELA 25.01.2026 r .

5. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąk **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko (**jajko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Papryka/ rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	1 butelka

Obiad: Rosół z zacierką, schab w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Zacierka (**gluten**)	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Koper, śmietana (**mleko**)	-
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem (**pirosiarczan sodu**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż (może zaw .**gluten**)	50 g
Kurczak	30 g
Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat (**mleko**). zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2421 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	82 g (w tym nasycone 38 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	313 g (w tym cukry 42g - 7% wart.en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	5 g

6. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka żytnia)	90 g – 3 kromki
Masło extra (**Mleko**)	10 g
Szynka krucha(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko (**jajko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g

Pomidor	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	1 butelka

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

PODWIECZOREK:	
Budyń (**gluten**)	5 g
Mleko (**mleko**)	30 ml
Kako	5 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania, herbata.	
Serek do smarowania (**mleko**)	60 g -2 sztuki
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Sałata zielona, ogórek konserwowy	200 g
Miód	30 g – 1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Kurczak	30 g

Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat (**mleko**). zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2550 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	86 g (w tym nasycone 40 g-15%)
Węglowodany ogółem	318 g (w tym cukry 55 g-8%)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	5 g

7. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z kurczaka i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Jajko (**jajko**)	1 sztuka
Papryka/ rzodkiewka	100 g
Ogórek zielony	100 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną.	
woda	1 butelka

Obiad: Rosół z makaronem, schab w sosie własnym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Zacierka (**gluten**)	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Schab	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Koper, śmietana (**mleko**)	-
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem (**pirosiarczan sodu**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

PODWIECZOREK:	
Budyń (**gluten)**	5 g
Mleko (**mleko**)	30 ml
Kako	5 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania, herbata.	
Serek do smarowania (**mleko**)	60 g -2 sztuki
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	90 g – 3 kromki
Sałata zielona, ogórek konserwowy	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa z gotowanym/pieczonym kurczakiem.	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Kurczak	30 g
Groszek	20 g
Pomidor	20 g
Jogurt Nat (**mleko**). zioła	20 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2417 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	86 g (w tym nasycone 40 g-15%)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 47 g-7%)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	5 g

8. 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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

8. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
9. 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.
10. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

PONIEDZIAŁEK 26.01.2026 r.

9. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno- żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka (mąka **pszenno- żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Ogórek, papryka,	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z kapusty białej.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g

Majonez (**jajko gorczyca**), jogurt nat. (**mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno- żytnia)**	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Szynka z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek kiszony	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Jabłko	150 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2289 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 27 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	315 g (w tym cukry 47 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	6g

10.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno- żytnia**)	100 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g

Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, sałata z jogurtem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18%	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Sałata z jogurtem (**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: wafle ryżowe – 3 szt. + banan

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno- żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Szynka z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami.	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Jabłko	150 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2400 kcal
Białko	104 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 26 g- 9% wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 62 g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	5 g

11. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	100 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Ogórek, papryka	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem, filet z indyka w sosie ziołowym, ziemniaki, surówka z kapusty białej.	
Ogórek kiszony	70 g
Ryż (może zaw. **Gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**śmietana**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	5 ml

Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g
Majonez (**jajko, gorczyca**), jogurt nat. (**mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka.

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Szynka z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kefir (mleko) – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2012 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	66 g (w tym nasycone 28g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	277 g (w tym cukry 41 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	6 g

12.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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

11. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
12. 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.
13. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

WTOREK 27.01.2026 r.

13.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek kiszony, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie pieczarkowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Fasola	30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana (**mleko**)	20 g
Pieczarki	70 g
Kasza (**gluten**)	100 g
Kalafior	200 g
Jabłko (kompot)	150 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g

Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana. (mąka **pszenna**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2268 kcal
Białko	109 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 25 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	320g (w tym cukry 53 g- 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	5 g

14.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa jarzynowa z makaronem, filet w sosie śmietanowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana (**mleko**)	20 g
Kasza (**gluten**)	100 g
kalafior gotowany	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku.	
Budyń (**gluten**)	5 g
Mleko (**mleko**)	200 ml
Czekolada (**mleko**)	1-2 kostki

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: bułka maślana. (mąka **pszenna**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2096 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 18 g- 8% wart. en)
Węglowodany ogółem	237g (w tym cukry 59 g- 11 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	32 g
Sól	5,6 g

15. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą i dodatkami, herbata z cytryną.

Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Kremowy serek (**mleko**)	1sztuka
Ogórek kiszony, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa fasolowa z makaronem, filet w sosie śmietanowym, kasza jęczmienna, kalafior gotowany.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Śmietana (**mleko**)	20 g
Kasza (**gluten**)	100 g
kalafior gotowany	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku.	
Budyń (**gluten**)	5 g
Mleko (**mleko**)	200 ml
Czekolada (**mleko**)	1-2 kostki

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Serek wiejski (**mleko**)	1 sztuka.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki

Pomidor, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**)– 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2124 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	67 g (w tym nasycone 30 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	261 g (w tym cukry 45 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	5,4 g

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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

14. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
15. 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.
16. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

ŚRODA 28.01.2026 r.

16.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 szt.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	1 sztuka – 30 g
Miód	1 sztuka
Ogórek konserwowy, pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
Woda	Butela -1 szt.

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, schab w sosie koperkowym z ziemniakami, marchewka - surówka.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka (**gluten**)	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchew, jabłko, chrzan (**pirosiarczan sodu**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, szynką i warzywami, herbata.

Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół szt
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek/ papryka	Po 100 g
Szynka drobiowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany (**mleko**) – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2460 kcal
Białko	126 g
Tłuszcz	95 g (w tym nasycone 45 g- 16% wart. en)
Węglowodany ogółem	285 g (w tym cukry 25 g- 4% wart. en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	5 g

17.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 szt.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	1 sztuka – 30 g
Miód	1 sztuka
Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, schab

w sosie koperkowym z ziemniakami, marchewka z groszkiem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka (**gluten**)	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchew, groszek	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: banan + herbatniki (**gluten**) 30 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół szt
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Szynka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: serek homogenizowany (**mleko**)– 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2694 kcal
Białko	130g
Tłuszcz	100 g (w tym nasycone 45 g- 15% wart. en)
Węglowodany ogółem	325 g (w tym cukry 54 g- 8% wart.

	en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	4,11 g

18. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serem żółtym i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 szt.
Masło extra (mle**k**o)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Obiad: Zupa krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym, schab w sosie koperkowym z ziemniakami, marchewka - surówka.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Groszek zielony	30 g
Groszek ptysiowy	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Bułka tarta, mąka (**gluten**)	10 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koperek	10 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchew, jabłko, chrzan (**pirosiarczan sodu**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek; gruszka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, szynka i warzywami, herbata.	
Chleb graham (chleb **pszenno-żytni**)	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół szt.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek/, papryka	200 g
Szynka drobiowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt naturalny (**mleko**) – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2227 kcal
Białko	116 g
Tłuszcz	59 g (w tym nasycone 37 g- 14 % wart. en)
Węglowodany ogółem	267 g (w tym cukry 28 g- 5% wart. en)
Błonnik pokarmowy	42 g
Sól	5 g

19.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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

17. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
18. 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.
19. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

CZWARTEK 29.01.2026 r.

7. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**Mleko**)	10 g
Szynka z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor, papryka	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną	
woda	Butelka

Obiad: Brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i kapustą pekińską, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Kapusta pekińska, ogórek, papryka, jogurt Nat.(**mleko**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą sopocką z dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra (**mleko**)	10 g

Sałata zielona	Listki
Polędwica	4plastry-80 g
Ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**)– 1 sztuka, granola 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2439 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	91 g (w tym nasycone 35 g- 13% wart. en)
Węglowodany ogółem	30290 g (w tym cukry 32 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	4 g

8. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąk **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąk **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną	
woda	Butelka

Obiad: Brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i mixem sałat z dressingiem ziołowym, kompot.	
Włoszczyzna (marchew**, seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g

Brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Mix sałat, olej, bazylia, oregano, sok z cytryny	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptowym spodem.	
Galaretka	5 g
Biszkopt (**gluten**)	2 sztuki
Jog Nat (**mleko**)	200 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Polędwica	4plastry-80 g
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny(**mleko**), granola (**gluten**) 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2560 kcal
Białko	121 g
Tłuszcz	95 g (w tym nasycone 38 g- 13%)
Węglowodany ogółem	310 g (w tym cukry 36 g- 5%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	4 g

9. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z kruchą z fileta i dodatkami, herbata.

Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Pomidor, papryka	200 g
Sałata	Listki
Herbata z cytryną	
woda	Butelka

Obiad: Brokułowa z makaronem, udko z kurczaka pieczone (w piecu konwekcyjno-parowym) z ziemniakami i kapustą pekińską, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Brokuł	50 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko z kurczaka	1 sztuka
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Kapusta pekińska, ogórek, papryka, jogurt Nat.	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptowym spodem.	
Galaretka	5 g
Biszkopt (**gluten**)	2 sztuki
Jog Nat (**mleko**)	200 g

Kolacja: Pieczywo z polędwicą i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki

Polędwica(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	4plastry-80 g
Ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) – 1 sztuka, granola (**gluten**) 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2600 kcal
Białko	130 g
Tłuszcz	95 g (w tym nasycone 37 g- 13%)
Węglowodany ogółem	315 g (w tym cukry 30 g - 5%)
Błonnik pokarmowy	42 g
Sól	4 g

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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

7. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
8. 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.
9. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

PIĄTEK 30.01.2026 r.

20.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 sztuka
Masło (**mleko**)	10 g
Twaróg, jog Nat (**mleko**)	200 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor, rzodkiewka, ogórek	200 g
Herbata z cytryną	
woda	Butelka

Obiad: Grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba (**ryba**)	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, jarzyny	200 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta kiszona z dodatkami	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Serek topiony (**mleko**)	100 g – 1szt.
Miód	1 szt.
Ogórek kiszony, pomidor	200 g

Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt owocowy (**mleko**) – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2328 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 40 g- 15 % wart. en)
Węglowodany ogółem	310 g (w tym cukry 45 g – 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4 g

21.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 sztuka
Masło (**mleko**)	10 g
Twaróg, jog Nat (**mleko**)	200 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Sałata	Listki
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną, woda	

Obiad: Grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba (**ryba**)	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, jarzyny	200 g
Ziemniaki	400 g

Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek	
Banan	1 szt.
Wafle ryżowe	3 szt.

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Serek topiony (**mleko**)	100 g – 1szt.
Miód	1 szt.
pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt owocowy(**mleko**) – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2521 kcal
Białko	102 g
Tłuszcz	82 g (nasycone 40g- 14%)
Węglowodany ogółem	350 g (cukry proste – 60 g – 9%)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	3 g

22. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z pastą twarogową i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło (**mleko**)	10 g
Twaróg, jog Nat. (**mleko**)	200 g
Sałata	Listki

Pomidor, rzodkiewka, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	
woda	Butelka

Obiad: Grysikowa, ryba po grecku, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Kasza manna (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Ryba (**ryba**)	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Koncentrat pomidorowy, jarzyny	200 g
Ziemniaki	400 g
Kapusta kiszona z dodatkami	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka + kefir (**mleko**)

Kolacja: Pieczywo z serkiem do smarowania i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -90 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Serek do smarowania (mleko)	2 sztuki
Serek topiony (**mleko**)	100 g – 1szt.
Ogórek kiszony, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: jogurt naturalny (**mleko**) – 1 sztuka

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2425 kcal
Białko	108 g
Tłuszcz	80 g (nasycone 41g- 15%)
Węglowodany ogółem	329 g (cukry proste – 50 g – 8%)
Błonnik pokarmowy	42 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 – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

20. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
21. 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.
22. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.
23. Zdjęcia posiłków: