

(1)  
وجبة الافطار لمرضى الكوبالت والحروق ( غذاء تعويضى )

يصرف يوميا للفرد

ملاحظات	الكمية	الصنف
	واحد رغيف	خبز بلدى
تصرف يوميا	واحدة فقط	بيض
تصرف ايام الاحد - الثلاثاء - الخميس والجمعة من كل اسبوع	1 قطعة	جبين نستو
تصرف أيام السبت - الاثنين - الاربعاء من كل اسبوع.	عبوة 65جم	جبين ابيض كامل الدسم
	200 مللى	لبن معلب

يعتمد ،،

اللجنة

(3)  
وجبة العشاء لمرضى الكوبالت والحروق ( غذاء تعويضى )

وتصرف يوميا للفرد كالاتى :

2 رغيف فينو-2 قطعة نستو-علبة زيادى لا تقل عن 110 جم - 1 باكت عسل  
(زنة الباكت 30 جم).

**ملاحظة :-** يراعى فى حالة مرضى السكرى حذف العسل من وجبة العشاء ويقدم  
بدلا منه عصير معلب خالى من السكر.

(6)  
وجبة العشاء لمرضى الاقصادى

وتصرف يوميا للفرد كالاتى :

2 قطعة نستو (تصرف فى ايام السبت - الاثتين - الاربعاء) - جبن ابيض كامل  
الدم عبوة 65 جم (تصرف فى الاحد- الثلاثاء- الخميس - الجمعة) - 1 كوب  
زبادى لا يقل عن 110 جم- 2 رغيف فينو.

ملاحظة :- يراعى فى حالة مرضى السكرى حذف العسل من وجبة العشاء ويقدم  
بدلا منه عصير معلب خالى من السكر.

(9)  
وجبة العشاء مريض الاعتيادى المجانى  
عمال

وتصرف يوميا للفرد كالاتى :

2 قطعة نستو (تصرف فى ايام السبت - الاثنين - الاربعاء) - جبن ابيض كامل  
الدم عبوة 65 جم (تصرف فى الاحد - الثلاثاء - الخميس - الجمعة) - 1 كوب  
زبادى لا يقل عن 110 جم - 2 رغيف فينو.

(10)  
مريض الصدر

وجبة الافطار : تصرف يوميا للفرد

الصنف	الكمية	ملاحظات
خبز بلدى	واحد رغيف / 110 جم	
بيض	واحدة فقط	تصرف مع الجبن نستو فقط.
جبن نستو	1 قطعة	تصرف ايام الاحد - الثلاثاء - الخميس والجمعة من كل اسبوع
جبن ابيض كامل الدسم	عبوة 65 جم	تصرف ايام السبت - الاثنين - الاربعاء من كل اسبوع.
لين	كيس / 200 مللى	

وجبة الغذاء : تصرف يوميا للفرد

الصنف	الكمية	ملاحظات
الخبز البلدى	رغيف / 110 جم	مقررات الارز والمكرونه قبل الطهى -150 جم لحم ايام ( الاحد - الثلاثاء - الخميس ) ايام صرف الارز والمكرونه مثل جدول الاعتيادى
فراخ معدة للطهى / لحم	250 جم / 150 جم	
مكرونه	100 جم	
ارز	100 جم	يصرف للفرد ( 5 جم + 3 جم للتنظيف )
خضار طازج معد للطهى	200 جم	( 0.1 جم فلفل + 8 جم ملح ) يوميا بالنسبة للخضار : خضار 200 جم + طماطم 80 جم
زيت سائل للطهى	25 مللى	+ 20 جم بصل لطهى الخضار . يصرف 80 جم بقول جافة يوم الخميس بدل من 200 جم خضار طازج .
سلطة	250 جم	
فاكهة	200 جم	

وجبة العشاء : تصرف يوميا للفرد:

الصنف	الكمية	ملاحظات
جبن نستو	2 قطعة	تصرف ايام السبت - الاثنين - الاربعاء من كل اسبوع
جبن ابيض كامل الدسم	عبوة / 65 جم	تصرف ايام الاحد - الثلاثاء - الخميس والجمعة من كل اسبوع
زبادى	علبة	
خبز فينو	2 رغيف	

يعتمد ،،

اللجنة

(11)

غذاء خفيف لين (قليل الألياف – قليل الملح)

يعطى لمدة من 2 : 3 يوم فقط

ويصرف يوميا للفرد كالاتى :

ملاحظات	الكمية	الصنف	
	110 جم / علبة	زبادى	الافطار
	1 رغيف	خبز فينو	
تصرف أيام السبت – الاثنين – الاربعاء من كل اسبوع.	عبوة 65 جم	جبين ابيض نصف دسم	
تصرف فى ايام الجبن النستو فقط	200جم	بطاطس مسلوقة	
تصرف ايام الاحد – الثلاثاء – الخميس والجمعة من كل اسبوع	1 قطعة	جبين نستو	
لحم أيام الاحد الثلاثاء الخميس باقى ايام الاسبوع دجاج	50 جم	ارز او مكرونة مسلوقة	الغذاء
	300 جم	خضار مسلوق	
	6 مللى	زيت ذرة	
	250 جم معد للطهى	فراخ معدة للطهى	
	200مللى	عصير طبيعى	
	110 جم	زبادى	العشاء
	250 جم	فاكهة ( برتقال-كمثرى-تفاح-موز- يوسفى)	
	1 رغيف	خبز فينو	
	1 قطعة	جبين نستو	

فى حالة مرضى مرضى السكرى يقدم العصير خالى من السكر.

يعتمد ،،

اللجنة

(12)

غذاء مرضى القلب (تصلب الشرايين –هبوط القلب) وارتفاع ضغط الدم  
ويصرف يوميا للفرد كالاتى :

ملاحظات	الكمية	الصنف	
	1 رغيف	خبز بلدى	الافطار
	1 باكت	مربى	
	110جم / علبة	زبادى	
يومى الاحد والخميس	(1 قطعة / 1 قطعة)	بيض + جبنة نستو	
	100 جم	سلطة	
باقى ايام الاسبوع	عبوة 65جم	جبين ابيض نصف دسم	
ويضاف 0.5 جم كركم لكل فرد	75 جم قبل الطهى	ارز بالكركم اومكرونه مسلوقة	الغذاء
	250 جم قبل الطهى	فراخ معدة للطهى	
	300 جم	خضار مسلوق	
	200 جم	سلطة	
	15 مللى	زيت	
	160 جم	فاكهة	
	2رغيف	خبز فينو	العشاء
	1 قطعة	جبين نستو	
	1 باكت	عسل	
	110 جم	زبادى	

فى حالة مرضى السكرى يراعى استبدال الخبز الفينو ببلدى ويلغى العسل والمربى من الوجبات

يعتمد ،،

اللجنة

## (13) غذاء مرضى السكر

ويصرف يوميا للفرد كالاتى :

ملاحظات	السكرى قليل السعرات	السكرى كثير السعرات		وجبة الافطار
	الكمية	الكمية	الكمية	الصنف
	نصف رغيف	رغيف		خبز بلدى
الاحد والثلاثاء والخميس والجمعة	1 بيضة + ا جبنة	1 بيضة + 1 جبنة		بيض + جبنة نستو
	100 جم	200 جم		سلاطة
السبت والاثنين والاربعاء	عبوة 65 جم	عبوة 65 جم		جبين ابيض نصف دسم
وجبة بينية تصرف مع وجبة الافطار	علبة زبادى 110 جم	110 جم علبة		زبادى
وجبة الغذاء تصرف يوميا كالاتى للفرد				
0.5 جم كركم لكل فرد		50 جم	75 جم	ارز بالكركم قبل الطهى
		25 مللى	25 مللى	زيت
	سكرى كامل خضار 200 جم خضار بدون قشر + 80 جم طماطم + 20 جم بصل .	125 جم ثمن دجاجة	250 جم ربع دجاجة / 100 جم لحم	دواجن معدة للطهى
	(سكرى قليل ) خضار	200 جم	200 جم	خضار
	بدون قشر 150 جم +	200 جم	250 جم	سلاطة
	طماطم 40 جم +	160 جم	200 جم	فاكهة
	بصل 10 جم اللحم : أحد - ثلاثاء - خميس	ما عدا البلح والعنب والموز	ما عدا البلح والعنب والموز	
وجبة العشاء تصرف يوميا كالاتى للفرد				
	نصف رغيف	1 رغيف		خبز بلدى
	علبة 110 جم	علبة 110 جم		زبادى
	1 قطعة نستو	2 قطعة نستو		جبنة نستو

يعتمد ،،

اللجنة



(14)

## غذاء مرضى قصور الكلى

ملاحظات	مرضى قصور الكلى	
	الكمية	الصنف
	رغيف	خبز بلدى
يضاف 10 جم زيت	200 جم	بطاطس مسلوقة
زنة الباكت 30 جم	1 باكت	عسل
	100 جم	خيار
	اقطعة	جبين نستو
	الكمية	الصنف
	20 مللى	زيت
يضاف كركم 0.5 جم لكل فرد	75 جم	ارز بالكركم قبل الطهى
	250 جم	فراخ معدة للطهى
	300 جم	خضار مسلوق سوتيه
	100 جم	فاكهة (عنب - كمثرى - تفاح - خوخ)
	الكمية	الصنف
	1 رغيف	خبز فينو
	2 باكت	عسل ابيض
	1 قطعة	نستو
	علبة 110 جم	زبادى

فى حالة مرضى السكرى يلغى العنب من الفاكهة والعسل والخبز الفينو يستبدل ببلدى

يعتمد ،،

اللجنة

(15)

## غذاء مرضى القرحة وارتجاع المرئ

يصرف يوميا للفرد :

ملاحظات	الكمية	الصنف	
	عبوة 200 مللى	لبن	الافطار
	2 رغيف	خبز فينو	
الاحد والثلاثاء والخميس والجمعة	2 قطعة	جبين نستو	
السبت والاثنين والاربعاء	عبوة 65 جم	جبين ابيض نصف دسم	
	100 جم	خيار بدون قشر	
بدون قشر	300 جم	خضار مسلوق سوتيه	الغذاء
	20 مللى	زيت ذرة	
	100 جم	ارز قبل الطهى	
	250 جم	فراخ معدة للطهى	
	100 جم	خيار بدون قشر	
موز فقط	200 جم	فاكهة	
	200 جم / علبة	لبن	العشاء
	200 جم	فاكهة ( موز فقط)	
	1 رغيف	خبز فينو	
	2 قطعة	جبين نستو	

يعتمد ،،

اللجنة

(16)  
غذاء مرضى الكبد

يصرف يوميا للفرد :

الصنف	التهاب كبدى حاد (مرارة- بنكرياس)	التهاب كبدى مزمن مع الاستسقاء
خبز	1 رغيف	نصف رغيف
جبين ابيض نصف دسم	عبوة 65 جم	30جم
بطاطس مسلوقة	-	250جم
خيار	100جم	100جم
زبادى	-	عبوة 110جم
عسل ابيض	2باكت (60 جم )	-
ارز بالكركم قبل الطهى	100 جم ارز +0.5 جم كركم	100جم ارز +0.5جم كركم
فراخ معدة للطهى	250جم	125 دجاجة
خضار للطهى	200 جم مسلوق	300جم مسلوق
خيار	200 جم	200جم
زيت	15ملى	15ملى
فاكهة	300 جم	160جم
عسل ابيض	1باكت	-
خبز فينو	2رغيف	رغيف
جبين ابيض نصف دسم	65جم	65جم
بطاطس مسلوقة	-	200جم
زبادى	1 كوب 110جم	1كوب 110جم

فى حالة الاستسقاء الفاكهة المسموحة (تفاح - خوخ - كمثرى - موز).  
وفى حالة مرضى السكرى يلغى العسل من الوجبات.

يعتمد ،،

اللجنة

(17)

وجبات غذائية لحالات سوء التغذية وحساسية اللاكتوز

(1) نظام غذائي لسوء التغذية F75

الكمية	الصنف
110 جرام	زبادى يحتوى على خمائر
30 جرام	سكر
6 مللى	زيت ذرة
300 مللى	ماء معدنى

(2) نظام غذائي لسوء التغذية F100

الكمية	الصنف
330 جرام	زبادى يحتوى على خمائر
25 جرام	سكر
6 مللى	زيت ذرة
300 مللى	ماء معدنى

• ملحوظة : يتم خلط المكونات جيدا ثم اضافة الماء المغلى اليها .

(3) نظام غذائي منخفض اللاكتوز 83 كيلو سعر / 100 مللى

الكمية	الصنف
250 مللى	لبين كامل الدسم
45 جرام	ارز مطحون
10 مللى	زيت ذرة
10 جرام	سكر
600 مللى	ماء معدنى

(4) نظام غذائي خالى من اللاكتوز 70 - 75 كيلو سعر / 100 مللى

الكمية	الصنف
36 جرام - 60 جم نىء ( قبل الطهى )	دجاج مطبوخ ( صدر )
9 جرام	ارز مطحون
12 مللى	زيت ذرة
10 جرام	سكر
600 مللى	ماء معدنى

يتم توفير مياه معدنية ( نسلة أو دسانى أو بركة ) .

يعتمد ،،

اللجنة

(18)

## غذاء اطفال من عمر 6 شهور الى سن سنة

الاطفال من عمر الولادة حتى ستة اشهر تعتمد على الرضاعة الطبيعية

يصرف يوميا مرة واحدة مع وجبة الغذاء

الكمية	الصنف
100 جم	خضار مهروس
20 جم	ارز
5جم	زيت
1 قطعة	نستو
200 مللى / عبوة	عصير فاكهة طبيعي
1 علبة زنة العلبة 110 جم	زبادى

يعتمد ،،

اللجنة

(19)

## غذاء الاطفال من عمر سنة : 6 سنوات

وجبة الافطار تصرف يوميا كالاتى للفرد :

الكمية	الصنف
علبة	زبادى
بيضة	بيض
(نصف رغيف)	خبز بلدى
واحد باكت	مربى

وجبة الغذاء تصرف يوميا كالاتى للفرد :

ملاحظات	الكمية	الصنف
يصرف للفرد 2 جم ملح بالنسبة للخضار: خضار بدون قشر 150 جم . + طماطم 40 جم + 10 جم بصل أحد - ثلاثاء - خميس لحوم 75 جم باقى الاسبوع دجاج يوم الخميس بقول جافة بدل من خضار طازج . أيام صرف الدجاج واللحم والارز والمكرونه كما فى جدول الاعتيادى .	200 جم	خضار مطهى
	125 جم ثمن فرخة / 75 لحم	فراخ معدة للطهى/ لحم
	100 جم قبل الطهى	ارز / مكرونة
	150 جم	سلطة
	15 مللى	زيت للطهى
	160 جم	فاكهة

وجبة العشاء تصرف يوميا كالاتى للفرد .

الكمية	الصنف
1 باكت	عسل
قطعة واحدة	جبين نستو
1 علبة	زبادى
1 رغيف	خبز فينو

**ملحوظة :** فى حالات الاسهال الشديد تورد الفاكهة ( موز - تفاح - جوافة ) صنف  
الخضار يورد ( بطاطس + جزر ) مسلوقة يورد دجاج كل أيام الاسبوع فى حالات  
الاسهال الشديد فقط .

يعتمد ،،

اللجنة

(20)  
غذاء سكري الاطفال

5 : 9 سنوات

الكمية	الصنف	
نصف رغيف	خبز بلدى	الافطار
1 قطعة	جبين نستو	
بيضة واحدة	بيض	
100جم	سلطة	
علبة 110 جم	زبادى	
ربع دجاجة 250جم	فراخ معدة للطهى	
بدون قشر + 150 جم خضار	خضار للطهى	
40جم طماطم +	سلطة	
10 جم بصل	أرز قبل التسوية	
10 مللى	زيت ذرة	
200 جم	فاكهة	
نصف رغيف	خبز بلدى	العشاء
عبوة 65 جم	جبين ابيض نصف دسم	
علبة 110 جم	زبادى	

يعتمد ،،

اللجنة

(21)  
غذاء المرضى النفسيين

ويصرف يوميا للفرد كالاتي :

ملاحظات	الكمية	الصنف	
	2 رغيف	خبز بلدى	الافطار
	1 بيضة	بيض	
تصرف يوم الاثنين والخميس فقط	عبوة 65 جم	جبين ابيض كامل الدسم	
يصرف طول ايام الاسبوع ما عدا الاثنين والخميس	1 قطعة + 1 بيضة	جبين نستو + بيض	
يصرف طول ايام الاسبوع ما عدا الثلاثاء والجمعة	باكت 30 جم	مربي	
تصرف يوم الثلاثاء والجمعة فقط	1 باكت	حلاوة	
	عبوة 200 مللى	لبن	الغذاء
بالنسبة للخضار 200 جم بدون قشر + 80 جم طماطم + 20 جم بصل الارز قبل الطهى ايام الاحد ، الثلاثاء ، الخميس ، المكرونة قبل الطهى ايام السبت ، الاثنين ، الاربعاء يصرف يوميا 200 جم سلطة ، 160 جم فاكهة للفرد يصرف للفرد 25 مللى زيت يصرف للفرد 0.1 جم فلفل اسود + 8 جم ملح ( 5 جم + 3 جم للتنظيف ) لحم ايام الاحد ، الثلاثاء ، الخميس ويصرف كوب للشاي	1 رغيف	خبز بلدى	
	150 جم	ارز	
	150 جم	مكرونة	
	250 جم / 100 جم	فراخ معدة للطهى / لحم	
	200 جم	خضار طازج للطهى	
	1 رغيف	خبز بلدى	
	كامل الدسم عبوة 65 جم	جبين ابيض ماعدا الاثنين والخميس	العشاء
	علبة 110 جم	زبادى	
	2 قطعة	نستو (الاثنين والخميس فقط)	
	20 جم / باكت	سكر / باكت شاي ليبتون	
			ملحوظة
			فى حالة مرضى السكر يلغى المربي والحلاوة من الافطار وتضاف 100 جم سلطة وينقص سكر العشاء الى 10 جم فقط

يعتمد ،،

اللجنة



(22)

غذاء أنبوبي لمرضى العناية المركزة ويعطى بعد عمليات القلب مباشرة والحالات الحرجة بجميع الأقسام بواسطة الرايل

الكمية	الصنف	
200 مللى	لبن	الافطار
1 باكت 30 جم	عسل	
150 جم	بطاطس مسلوقة	
كيس عصير 200 مللى	عصير فاكهة	
علبة 110 جم	زبادى	
تضرب مكونات الوجبة بالخلط وتوزع فى اكواب 700 مللى بغطاء ويكتب عليها تاريخ ووقت التحضير		
250 جم (بطاطس - كوسة - جزر )	خضار مسلق	الغذاء
125 جم صدر فقط	فراخ	
كيس عصير 200 مللى	عصير فاكهة	
تضرب مكونات الوجبة بالخلط وتوزع فى اكواب 700 مللى بغطاء ويكتب عليها تاريخ ووقت التحضير		
200 مللى	لبن	العشاء
كيس عصير 200 مللى	عصير فاكهة	
علبة 110 جم	زبادى	
فى حالة المرضى الذين يعانون ارتفاع فى نسبة السكر يكون العصير بدون سكر. وفى حالة الغيبوبة الكبدية يلغى الزبادى من وجبة الافطار ويضاف 50 جم خضار مسلق الى وجبة الغذاء بحيث تحتوى الوجبة على (30جم) بروتين فقط.		ملحوظة

يعتمد ،،

اللجنة

(23)

غذاء سائل 1000 سعر يعطى للمرضى بعد العمليات الجراحية  
ومرضى الجلطة الحادة بالشرابيين التاجية  
ويدرج للنوعية المناسبة لليوم التالى حسب توصيف الطبيب المعالج

يصرف مرة واحدة للفرد :

الكمية	الصنف
800 مللى	لبن حليب
باكت 30 جم	عسل أبيض
200 مللى	كيس عصير

أربع علب لبن فئة 200 مللى

يعتمد،،

اللجنة

(24)  
وجبة الغذاء لموظفي الاشعة

الكمية	الصنف
1 رغيف	خبز بلدى
1 بيضة فقط	بيض
عبوة لبن 200 مللى /زبادى 2 كوب 110جم	لبن او زبادى بالتبادل
2 قطعة	نستو
200 جم	فاكهة
200 جم	سلطة

ملحوظة :

توضع مكونات الوجبة ( خبز + فاكهة + لبن او زبادى + سلطة + جبنة نستو +  
بيض فى شنطة بلاستيك ).

(29)  
وجبة السحور للأطباء  
النواب والامتياز

وتصرف يومياً للفرد كالاتى :

ملاحظات	الكمية	الصنف
يصرف ايام السبت ، الاثنين ، الاربعاء	65جم	جبين ابيض كامل الدسم
تصرف ايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس وتصرف يوم الجمعة 2 قطعة .	1 قطعة	جبين نستو
تصرف ايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس	1 بيضة	بيض
يومية يصرف 5 جم ليمون	علبة 110 جم	زبادى
2 جم ملح	40 جم	فول جاف قبل الطهى
0.1 جم كمون	5 مللى	زيت ذرة
علبة للتعبئة بغطاء 150 جم	2 رغيف	خبز فينو طويل
يصرف الزيت (ذرة ) للفول المدمس		
ويصرف 5 جم طحينة للوجبة		

يعتمد ،،

اللجنة

(32)

غذاء شهر رمضان  
وجبة السحور الحكيمات ومشرفات التمريض  
والعمال والموظفين وأفراد الأمن ( نوبتجية )

وتصرف يوميا للفرد كالاتى :

ملاحظات	الكمية	الصنف
يصرف ايام السبت ، الاثنين ، الاربعاء	65 جم	جبين ابيض كامل الدسم
تصرف ايام : الاحد ، الثلاثاء ، الخميس والجمعة.	2 قطعة	جبين نستو
	1 باكت	مربى
	علبة 110 جم	زبادى
	2 رغيف	خبز فينو

يعتمد ،،

اللجنة