

**Dieta: D01 Dieta podstawowa****Śniadanie**

Ser kostka 80g 80g \*(7), Dżem 1Szt, Ogórki Kiszone 50g, Kielki Lucerny 5g, Bułka Grahamka 1 Szt. \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem zabelana 350g \*(1, 7, 9), Pulpet rybny gotowany 80g \*(1, 3, 4), Ziemniaki gotowane 200g, Sos pietruszkowy 120g \*(1, 7), Szpinak 120g \*(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Jajo 1 Szt. \*(3), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem zielonym 100g \*(10), Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Mus Owocowo-Zbożowy 100G \*(1)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 1 963,1790 kcal  
Białko 86,0900 g  
Tłuszcz 62,8916 g  
Węglowodany 274,4846 g  
Błonnik 26,5454 g  
W tym cukry 65,0172 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 31,33604 g  
Sód 2 000,0740 mg

**Dieta: D02 Dieta łatwostrawna****Śniadanie**

Ser kostka 80g 80g \*(7), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Kawiorek 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem zabelana 350g \*(1, 7, 9), Pulpet rybny gotowany 80g \*(1, 3, 4), Ziemniaki gotowane 200g, Sos pietruszkowy 120g \*(1, 7), Szpinak 120g \*(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Jajo 1 Szt. \*(3), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 5g, Chleb Baltona 60g \*(1), Chleb Kawiorek 60g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Mus Owocowo-Zbożowy 100G \*(1)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 051,4290 kcal  
Białko 88,0100 g  
Tłuszcz 60,5766 g  
Węglowodany 296,5146 g  
Błonnik 19,4754 g  
W tym cukry 55,7522 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 31,76954 g  
Sód 1 508,5740 mg

**Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów****Śniadanie**

Ser kostka 80g 80g \*(7), Ogórki Kiszone 50g, Kielki Lucerny 5g, Bułka Grahamka 1 Szt. \*(1), Chleb Razowy

70g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa 6g \*(1)

## **Obiad**

Zupa pomidorowa z ryżem zabelana 350g \*(1, 7, 9), Pulpet rybny gotowany 80g \*(1, 3, 4), Ziemniaki gotowane 200g, Sos pietruszkowy Va,V 60g \*(1, 7), Szpinak 120g \*(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

## **Podwieczorek**

Sok Pomidorowy Szt.

## **Kolacja**

Jajo 1 Szt. \*(3), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Sałatka ze świeżych warzyw z dressingiem zielonym 100g \*(10), Chleb Razowy \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa

## **2 Kolacja Cukrzyca**

Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Roszponka 5g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mus Owocowo-Zbożowy 100G \*(1)

### **Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:**

Wartość energetyczna 2 155,1790 kcal

Białko 91,5900 g

Tłuszcz 81,3016 g

Węglowodany 280,1946 g

Błonnik 35,8554 g

W tym cukry 54,5772 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 39,78354 g

Sód 2 733,4740 mg

.....  
sporządził

.....  
zatwierdził

/Olszewski Krzysztof/

### **\*Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywienia**

**Dział Żywienia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.**

\*\* Sposób obróbki potrawy

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone

P55 Migdał  
P58 Olej rybi  
P61 Orzech laskowy  
P64 Orzeszki piniowe  
P67 Owies  
P70 Owoc kiwi  
P73 Pistacja  
P76 Pszenica  
P79 Skorupiak morski  
P82 Tuńczyk  
P85 Wiśnia  
P88 Ziemiak  
P91 Żywność na bazie mleka  
ssaków

P56 Nabiał  
P59 Olejek migdałowy  
P62 Orzech nerkowca  
P65 Ostryga  
P68 Owoc  
P71 Owoc mango  
P74 Pomarańcza - owoc  
P77 Ryż  
P80 Sok jabłkowy  
P83 Warzywa strączkowe  
P86 Zboża  
P89 Zioła i przyprawy

P57 Nasiona  
P60 Orzech  
P63 Orzech włoski - orzech  
P66 Ośmiornica  
P69 Owoc cytrusowy  
P72 Papryka  
P75 Pomidor  
P78 Ser  
P81 Truskawka  
P84 Wieprzowina  
P87 Ziarna soi  
P90 Żyto

II\_CZY\_WK T

DRUKUJ\_WO D

WARTOSC\_KCAL\_POS N