

**Dieta: D01 Dieta podstawowa**

---

**Śniadanie**

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Ser Topiony Plastry 16,25 G \*(7), Gruszka 1Szt., Papryka świeża 40g, Kiełki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Grochówka z boczkiem i kielbasą 350g \*(1, 6, 9, 10), Sos brokułowo-śmietanowy z kurczakiem 200g \*(1, 7), Makaron świderk 160g \*(1, 3), Marchew gotowana MINI 120g \*(1), Herbata Owocowa 1Szt.

**Kolacja**

Ogonówka 50g \*(6, 9), Ser Tartare 1 Szt. \*(7), Pomidor Papryczkowy 30g, Szpinak Baby 5g, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 673,4200 kcal

Białko 113,88175 g

Tłuszcz 93,5005 g

Węglowodany 368,6600 g

Błonnik 39,3550 g

W tym cukry 54,9995 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 36,9762 g

Sód 3 367,4310 mg

**Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**

---

**Śniadanie**

Polędwica Drobiowa 50g \*(6), Ser Mozzarella Plaster \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Banan Szt., Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Kawiorek 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa krupnik jęczmienny zabieleny 350g \*(1, 7, 9), Sos brokułowo-śmietanowy z kurczakiem 200g \*(1, 7), Makaron świderk 160g \*(1, 3), Marchew gotowana MINI 120g \*(1), Herbata Owocowa 1Szt.

**Kolacja**

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Tartare 1 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Szpinak Baby 5g, Chleb Baltona 60g \*(1), Chleb Kawiorek 60g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 363,2000 kcal

Białko 92,4690 g

Tłuszcz 68,3730 g

Węglowodany 367,4340 g

Błonnik 24,9640 g

W tym cukry 70,3660 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 30,1619 g

Sód 2 361,6700 mg

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

---

## Śniadanie

Parówka Drobiowa Na Ciepło 2 Szt. \*(6), Ser Topiony Plastry 16,25 G \*(7), Gruszka 1Szt., Papryka świeża 40g, Kiełki Lucerny, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa 6g \*(1)

## Obiad

Zupa krupnik jęczmienny zabieleny 350g \*(1, 7, 9), Sos brokułowo-śmietanowy z kurczakiem 200g \*(1, 7), Makaron pełnoziarnisty 160g \*(1, 3), Sur. z marchwi i jabłka V 120g \*(7), Herbata Owocowa 1Szt.

## Podwieczorek

Mus Owocowy 120G

## Kolacja

Ogonówka 50g \*(6, 9), Ser Tartare 1 Szt. \*(7), Pomidor Papryczkowy 30g, Chleb Razowy \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa

## 2 Kolacja Cukrzyca

Ser kostka 30 g 30g \*(7), Szpinak Baby, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

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

Wartość energetyczna 2 576,4160 kcal  
Białko 99,47585 g  
Tłuszcz 94,2516 g  
Węglowodany 356,6671 g  
Błonnik 43,8240 g  
W tym cukry 70,7051 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 43,21617 g  
Sód 2 397,8500 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	Siarczyn 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	P47	Laktoza	P48	Małiny

pochodzenia rybnego

P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				

II\_CZY\_WK T

DRUKUJ\_WO D

WARTOSC\_KCAL\_POS N