

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

Ser Żółty Plaster 50g \*(7), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor 50G, Ogórki Konserwowe 50G, Paluch Mleczny \*(1, 3, 7), Chleb Razowy 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa Barszcz z makaronem 350g \*(1, 3, 7, 9), Ryba panierowana smażona 100g \*(1, 3, 4, 7), Ziemniaki puree 200g \*(7), Surówka z kapusty kiszanej i marchwi 120g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Pasta z jaj z pietruszką zieloną 90g \*(3, 10), Rzodkiewka-Plastry 30g, Kiełki Lucerny, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Sok Pomidorowy Szt.

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 353,3704 kcal  
Białko 89,0144 g  
Tłuszcz 94,9416 g  
Węglowodany 309,4804 g  
Błonnik 30,4771 g  
W tym cukry 72,5136 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 34,35808 g  
Sód 2 555,6870 mg

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

Ser Homogenizowany 100G \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata Lodowa 20g, Paluch Mleczny \*(1, 3, 7), Chleb Kawiorek 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Zupa Barszcz z makaronem 350g \*(1, 3, 7, 9), Ryba w ziołach 100g \*(4, 7), Sos cytrynowo - pietruszkowy 120g \*(1, 7, P26), Ziemniaki puree 200g \*(7), Brokuły mr. gotowane 150g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Jajo 1 Szt. \*(3), Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Baltona 60g \*(1), Chleb Kawiorek 60g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Sok Pomidorowy Szt.

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 122,1353 kcal  
Białko 91,48092 g  
Tłuszcz 77,25367 g  
Węglowodany 284,23125 g  
Błonnik 24,07102 g  
W tym cukry 59,0580 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 38,54589 g  
Sód 2 042,4864 mg

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

Ser Żółty Plaster 50g \*(7), Pomidor 50G, Ogórki Konserwowe 50G, Jogurt Naturalny 1Szt. \*(7), Bułka Grahamka 1 Szt. \*(1), Chleb Razowy 70g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ml \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

## Obiad

Zupa Barszcz z makaronem 350g \*(1, 3, 7, 9), Ryba w ziołach 100g \*(4, 7), Ziemniaki puree 200g \*(7), Sos cytrynowo - pietruszkowy Va,V 60g \*(1, 7), Surówka z kapusty kiszonej i marchwi 120g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

## Podwieczorek

Jabłko Szt.

## Kolacja

Pasta z jaj z pietruszką zieloną 90g \*(3, 10), Rzodkiewka-Plastry 30g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 15g \*(7)

## 2 Kolacja Cukrzyca

Ser Tartare 1 Szt. \*(7), Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona \*(1), Masło \*(7), Sok Pomidorowy Szt.

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

Wartość energetyczna 2 445,3313 kcal  
Białko 97,31084 g  
Tłuszcz 101,85064 g  
Węglowodany 309,7943 g  
Błonnik 42,01952 g  
W tym cukry 68,76969 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 49,23768 g  
Sód 2 303,8109 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 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona

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 Ziemniak  
P91 Żywność na bazie mleka ssaków

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

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