

Dieta: D01 Dieta podstawowa

Śniadanie

Ser Topiony 50G *(7), Powidła Śliwkowe 1Szt., Pomidor 50G, Roszponka 5g, Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 70g *(1), Masło 15g *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa Krem z dyni 350g *(1, 7, 9), Schab gotowany 60g, Sos koperkowy 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 120g *(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Kolacja

Szynka Konserwowa 50g, Ser Żółty Plaster 20g *(7), Papryka Konserwowa 30G, Sałata Lodowa 20g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 15g *(7), Herbata Ekspresowa, Serek Wiejski Lekki Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 014,6630 kcal
Białko 101,2384 g
Tłuszcz 66,1656 g
Węglowodany 267,7034 g
Błonnik 29,4234 g
W tym cukry 52,1446 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 38,96548 g
Sód 2 385,8630 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Ser kostka 80g 80g *(7), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 5g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 15g *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa Krem z dyni 350g *(1, 7, 9), Schab gotowany 60g, Sos koperkowy 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 120g *(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Kolacja

Szynka Konserwowa 50g, Ser Tartare 1 Szt. *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata Lodowa 20g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 15g *(7), Herbata Ekspresowa, Serek Wiejski Lekki Naturalny 150g *(7)

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 2 160,5230 kcal
Białko 113,8144 g
Tłuszcz 68,1966 g
Węglowodany 287,3394 g
Błonnik 21,0034 g
W tym cukry 65,0106 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 34,93018 g
Sód 2 241,6720 mg

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Ser Topiony 50G *(7), Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 5g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 15g *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa Krem z dyni 350g *(1, 7, 9), Schab gotowany 60g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy Va,V 60g *(1, 7), Szpinak 120g *(1, 7), Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Podwieczorek

Sok Wielowarzywny Szt. *(9)

Kolacja

Szynka Konserwowa 50g, Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 15g *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Mozzarella Plaster *(7), Sałata Lodowa 20g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 15g *(7), Serek Wiejski Lekki Naturalny *(7)

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 146,3350 kcal

Białko 104,4780 g

Tłuszcz 78,5310 g

Węglowodany 270,1660 g

Błonnik 41,4220 g

W tym cukry 40,6100 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 45,1362 g

Sód 2 762,6900 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 tulinu	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