

Dieta: D01 Dieta podstawowa**Śniadanie**

Ser kostka 80g 80g *(7), Dżem 1Szt, Pomidor 50G, Sałata Lodowa 20g, Bułka Pszenna 1Szt. *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 35g *(1), Masło 15g *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana 350g *(1, 7, 9), Sos boloński z groszkiem 200g *(1), Makaron świderk 160g *(1, 3), Brokuły mr. gotowane 150g, Herbata Owocowa 1Szt.

Kolacja

Jajo 1 Szt. *(3), Kielbasa Krakowska Dr. 30g *(1, 6, 7), Pomidor Papryczkowy 30g, Roszponka 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 2 269,4220 kcal
Białko 97,7594 g
Tłuszcz 69,8935 g
Węglowodany 332,7126 g
Błonnik 28,7801 g
W tym cukry 54,2636 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 27,67099 g
Sód 1 230,1100 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna**Śniadanie**

Ser Homogenizowany 100G *(7), 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 ziemniaczana 350g *(1, 7, 9), Leczo z mięsem drobiowym 200g *(1, 7), Makaron świderk 160g *(1, 3), Brokuły mr. gotowane 150g, Herbata Owocowa 1Szt.

Kolacja

Jajo 1 Szt. *(3), Szynka Gotowana 30g *(6), Pomidor Sparzony 50G, Roszponka 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 2 282,8200 kcal
Białko 99,2650 g
Tłuszcz 71,2920 g
Węglowodany 329,4200 g
Błonnik 22,9250 g
W tym cukry 44,3600 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 31,8145 g
Sód 1 619,1150 mg

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

Ser kostka 80g 80g *(7), Szynka Drobiowa 30g, Pomidor 50G, Sałata Lodowa 20g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 15g *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa ziemniaczana 350g *(1, 7, 9), Sos boloński z groszkiem 200g *(1), Makaron pełnoziarnisty 160g *(1, 3), Brokuły mr. gotowane 150g, Herbata Owocowa 1Szt.

Podwieczorek

Mus Owocowo-Zbożowy 100G *(1)

Kolacja

Jajo 1 Szt. *(3), Kielbasa Krakowska Dr. 30g *(1, 6, 7), Pomidor Papryczkowy 30g, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 15g *(7)

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt *(7), Roszponka 5g, Chleb Baltona *(1), Masło *(7), Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. *(1, 6, 8)

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 452,0720 kcal
Białko 106,0844 g
Tłuszcz 89,0185 g
Węglowodany 329,9526 g
Błonnik 38,6151 g
W tym cukry 49,5586 g
Kwasy tłuszczowe nasycone 39,10849 g
Sód 1 051,4790 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	Cytryniana	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