

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

Szynka Drobiowa 30g, Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Kawiorek 35g \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ML \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Szpinakowa z ziemniakami 250g \*(1, 7), Sos Boloński dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron świderk 160g \*(1, 3), Brokuły mr. gotowane 120g, Herbata Owocowa 1Szt.

**Kolacja**

Polędwica Sopocka 50g, Dżem 1Szt, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Baltona 60g \*(1), Chleb Kawiorek 60g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 093,7618 kcal  
Białko 105,13228 g  
Tłuszcz 66,68528 g  
Węglowodany 276,5488 g  
Błonnik 17,32584 g  
W tym cukry 54,89298 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 34,59823 g  
Sód 2 379,4878 mg

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

Szynka Drobiowa 30g, Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Ogórek Kiszony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150ML \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

**Obiad**

Szpinakowa z ziemniakami 250g \*(1, 7), Sos Boloński dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron pełnoziarnisty 160g \*(1, 3), Brokuły mr. gotowane 120g, Herbata Owocowa 1Szt.

**Podwieczorek**

Jabłko Szt.

**Kolacja**

Polędwica Sopocka 50g, Pomidor Papryczkowy 30g, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa

**2 Kolacja Cukrzyca**

Ser Mozzarella 1Szt. \*(7), Sałata 15g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 15g \*(7), Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

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

Wartość energetyczna 2 144,2618 kcal  
Białko 106,88228 g  
Tłuszcz 81,12528 g  
Węglowodany 261,8238 g  
Błonnik 32,19584 g  
W tym cukry 50,42798 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 42,08223 g

## **Dieta: D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**

---

### **Śniadanie**

Szynka Drobiowa 30g, Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. 50g \*(1), Chleb Kawiorek 70g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

### **Obiad**

Szpinakowa z ziemniakami 250g \*(1, 7), Sos Boloński dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron świderk 160g \*(1, 3), Brokuły mr. gotowane 120g, Herbata Owocowa 1Szt.

### **Kolacja**

Polędwica Sopocka 50g, Dżem 1Szt, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Herbata Ekspresowa, Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

#### **Wartości odżywcze diety D05 Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu:**

Wartość energetyczna 2 019,5618 kcal  
Białko 105,97728 g  
Tłuszcz 57,06528 g  
Węglowodany 278,1538 g  
Błonnik 15,90084 g  
W tym cukry 55,65798 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 27,15973 g  
Sód 2 347,7378 mg

## **Dieta: D07 Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa**

---

### **Śniadanie**

Szynka Drobiowa 50g, Ser Porcyjny Haga 2 Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kiełki Lucerny 5g, Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Kawiorek 70g \*(1), Masło 15g \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1)

### **Obiad**

Szpinakowa z ziemniakami 250g \*(1, 7), Sos Boloński dietetyczny 200g \*(1, 7), Makaron świderk 160g \*(1, 3), Brokuły mr. gotowane 120g, Herbata Owocowa 1Szt.

### **Podwieczorek**

Jogurt Owocowy 1Szt \*(7)

### **Kolacja**

Polędwica Sopocka 50g, Dżem 1Szt, Ser Mozzarella 1Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 15g \*(7), Herbata Ekspresowa, Serek Wiejski Lekki Naturalny \*(7)

#### **Wartości odżywcze diety D07 Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa:**

Wartość energetyczna 2 298,2618 kcal  
Białko 118,94728 g  
Tłuszcz 76,37528 g  
Węglowodany 291,3588 g  
Błonnik 16,15084 g  
W tym cukry 64,24798 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 36,77573 g  
Sód 2 562,8878 mg

.....  
sporządził

.....  
zatwierdził

/Olszewski Krzysztof/

**\*Szczegółowy skład potraw dostępny w Dziale Żywnienia**

**Dział Żywnienia 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	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