

Dieta: D01 Dieta podstawowa

Śniadanie

Ser Fro Smak 1 Szt. *(7), Miód Pszczeli 1 Szt., Pomidor Papryczkowy 30g, Sałata 15g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Schab gotowany *(Got.) 60g, Sos koperkowy 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty białej i marchwi 150g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Kolacja

Pasta z makreli wędzonej 80g 80g *(3, 4, 7, 10), Ser Topiony Krążek 17,5G *(7), Ogórek Konserwowy 50g *(10), Sałata 15g, Chleb Baltona 70g *(1), Chleb Razowy 35g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:

Wartość energetyczna 2 394,7968 kcal

Białko 98,8300 g

Tłuszcz 101,3200 g

Węglowodany 286,8630 g

Błonnik 32,0403 g

W tym cukry 68,7260 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 47,6414 g

Sód 2 486,2570 mg

Dieta: D02 Dieta łatwostrawna

Śniadanie

Pasta z sera i zieleniny 50g 50g *(7), Szynka Drobiowa 30g, Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Bułka Pszenna 1Szt. *(1), Chleb Kawiorek 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Rolada mięsna ze szpinakiem *(Dusz.) 100g *(3), Sos koperkowy 120g *(1, 7), Ziemniaki gotowane 200g, Buraki gotowane *(Got.) 150g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt *(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Chleb Kawiorek 120g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:

Wartość energetyczna 1 932,5255 kcal

Białko 101,8041 g

Tłuszcz 53,0270 g

Węglowodany 276,4391 g

Błonnik 21,5460 g

W tym cukry 52,4651 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 25,8032 g

Dieta: D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

Pasta z sera i zieleniny 50g 50g *(7), Szyńka Drobiowa 30g, Pomidor Papryczkowy 30g, Sałata 15g, Bułka Grahamka 1 Szt. *(1), Chleb Razowy 70g *(1), Masło 10G *(7), Mleko 2% 150MI *(7), Kawa Zbożowa *(1)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 350g *(1, 7, 9), Rolada mięsna ze szpinakiem *(Dusz.) 100g *(3), Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 120g *(1, 7), Surówka z kapusty białej i marchwi 120g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

Podwieczorek

Jogurt Owocowy Bez Cukru *(7)

Kolacja

Filet Z Indyka Wędzono Parzony 50g, Ser Śmietankowy W Plastrach 1Szt *(7), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g *(1), Masło 10G *(7), Herbata Ekspresowa

2 Kolacja Cukrzyca

Ser Tartare 1 Szt. *(7), Sałata 15g, Chleb Baltona 35g *(1), Masło 10G *(7)

Posiłek Nocny 20:00

Mus Owocowy 120G

Wartości odżywcze diety D03 Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów:

Wartość energetyczna 2 120,0088 kcal

Białko 104,7641 g

Tłuszcz 69,3820 g

Węglowodany 290,1890 g

Błonnik 43,7860 g

W tym cukry 55,8450 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 33,4763 g

Sód 1 551,0076 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	Mąтва
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