

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

Parówka Z Szyunki Na Ciepło 2Szt., Kefir Naturalny 2% Szt. \*(7), Pomidor 50G, Sałata 15g, Bułka Pszenna 1Szt. \*(1), Chleb Baltona 35g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa \*(1), Płatki

**Obiad**

Zupa krem z selera 350g \*(1, 7, 9), Kaszotto z mięsem drobiowym i warzywami \*(Got.) 300g, Sałatka z buraków i cebuli 150g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Paszтет zapiekany 60g 60g \*(3, 9), Ser Topiony Krążek 17,5G \*(7), Pomidor 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 70g \*(1), Chleb Razowy 35g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

**Posiłek Nocny 20:00**

Ser Twarogowy Z Konfiturą \*(7)

**Wartości odżywcze diety D01 Dieta podstawowa:**

Wartość energetyczna 2 251,7064 kcal  
Białko 112,4482 g  
Tłuszcz 79,1786 g  
Węglowodany 294,5490 g  
Błonnik 33,0090 g  
W tym cukry 57,7250 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 32,4254 g  
Sód 2 760,7410 mg

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

Szynka Gotowana 50g \*(6), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Kefir Naturalny 2% Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Bułka Pszenna 1Szt. 50g \*(1), Chleb Kawiorek 70g \*(1), Masło 10G \*(7), Mleko 2% 150MI \*(7), Kawa Zbożowa 6g \*(1), Płatki

**Obiad**

Zupa krem z selera 350g \*(1, 7, 9), Kasza jęczmienna z kurczakiem i warzywami \*(Got.) 300g \*(1), Buraki gotowane \*(Got.) 150g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

**Kolacja**

Szynka Konserwowa 50g, Ser kostka 30 g 30g \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Kielki Lucerny 5g, Chleb Kawiorek 120g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa 2g

**Posiłek Nocny 20:00**

Ser Twarogowy Z Konfiturą \*(7)

**Wartości odżywcze diety D02 Dieta łatwostrawna:**

Wartość energetyczna 2 151,4441 kcal  
Białko 106,5882 g  
Tłuszcz 66,6742 g  
Węglowodany 299,9563 g  
Błonnik 24,5173 g  
W tym cukry 55,2002 g  
Kwasy tłuszczowe nasycone 29,41747 g

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

### **Śniadanie**

Szynka Gotowana 50g \*(6), Ser Porcyjny Haga 1 Szt. \*(7), Kefir Naturalny 2% Szt. \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Sałata 15g, Bułka Grahamka 1 Szt. \*(1), Chleb Razowy 70g \*(1), Masło 10G \*(7), Kawa Zbożowa \*(1), Mleko 2% 150ml \*(7), Płatki

### **Obiad**

Zupa krem z selera 350g \*(1, 7, 9), Kaszotto z mięsem drobiowym i warzywami \*(Got.) 300g, Sałatka z ogórka kiszzonego i marchwi 120g, Herbata Zielona Z Owocami 1Szt.

### **Podwieczorek**

Jabłko Szt.

### **Kolacja**

Szynka Konserwowa 50g, Ser kostka 30 g 30g \*(7), Pomidor Sparzony 50G, Chleb Razowy 100g \*(1), Masło 10G \*(7), Herbata Ekspresowa

### **2 Kolacja Cukrzyca**

Ser Mozzarella Plaster \*(7), Kielki Lucerny 5g, Chleb Baltona 35g \*(1), Masło 10G \*(7)

### **Posiłek Nocny 20:00**

Ciastka Zbożowe Bez Cukru 4Szt. \*(1, 6, 8)

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

Wartość energetyczna 2 365,6652 kcal

Białko 101,3283 g

Tłuszcz 79,8687 g

Węglowodany 336,8221 g

Błonnik 44,8630 g

W tym cukry 49,4150 g

Kwasy tłuszczowe nasycone 31,94087 g

Sód 3 047,5410 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 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 | 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